

1

# le THERMOMIX

et vos repas



# 1

# le THERMOMIX et vos repas

## Sommaire

Les potages .....	pages 3 à 10
Les sauces .....	pages 11 à 16
Les entrées, les fromages .....	pages 17 à 24
Les légumes .....	pages 25 à 30
Les viandes, les poissons .....	pages 31 à 40
Les desserts .....	pages 41 à 54
Les boissons .....	pages 55 à 62
Vos animaux familiers .....	page 63

# LA SANTÉ

La pollution est, à notre époque, un danger qui nous préoccupe tous.

Nous en voyons les effets tous les jours et la Presse et la Télévision nous informent régulièrement de ses nouveaux méfaits.

Cependant, nous ne faisons presque rien pour en garantir notre organisme.

Et pourtant, respirant de plus en plus d'oxyde de carbone, s'alimentant avec des conserves, des extraits et toutes sortes de produits artificiels, notre corps est touché lui aussi par la pollution.

Nous avons cependant un moyen de nous défendre : procurer à la machine humaine des armes pour réparer ou compenser les effets néfastes de la pollution.

Ces armes, ce sont :

- Les VITAMINES
- Les PROTIDES, GLUCIDES ET LIPIDES,  
judicieusement choisis.
- La CHLOROPHYLLE
- Les SELS MINÉRAUX

Tous ces éléments indispensables à notre santé se trouvent dans les produits frais.

C'est pourquoi nous devons éviter de faire cuire trop longtemps nos aliments, ce qui aurait pour effet de détruire les vitamines.

Votre Thermomix est là pour vous préparer rapidement des repas sains.

# les potages



*Oubliez tout ce que vous savez sur les potages.*

**Avec THERMOMIX**, vous réussirez des potages vite faits, laissez libre cours à votre fantaisie, et inventez de nouvelles recettes :

- peu de temps,
- peu d'ingrédients,
- et beaucoup de succès.

Conservez tous vos petits restes : pommes de terre, riz ou nouilles cuits. Et même des légumes tels que haricots, lentilles, petits pois. Ils vous seront très utiles pour épaissir et lier vos potages.

#### **ATTENTION :**

Certains produits tels que poivre, ail, oignon et poireau sont à employer en petite quantité : le mixer développe leur goût. Mettez-en très très peu.

#### **BON A SAVOIR :**

Pour saler normalement 1 litre de potage, il faut environ : 1 cuillerée à café rase de sel fin.



# RECETTE TYPE : le potage à la cru



Une recette de potage à la cru vous est proposée pour vous donner une indication, quant à la façon de procéder.

Mais, c'est à vous, ensuite, d'en préparer au gré de votre fantaisie, ou d'après les ingrédients que vous avez sous la main.

Une seule chose à ne pas oublier : une petite quantité de légumes suffit.

## PRÉPARATION :

Mettez tous les ingrédients — sauf les pommes de terre — dans le bocal.

Recouvrez d'eau bouillante.

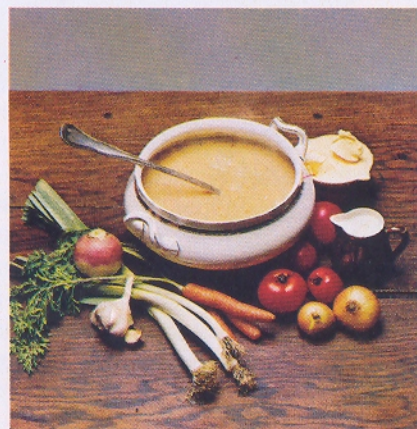
Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

Rajoutez les pommes de terre (ou les féculents) et complétez d'eau bouillante à 1 litre et demi.

Mixez au coup par coup jusqu'au velouté désiré.

## INGRÉDIENTS :

- 2 carottes;
- 3 cm de blanc de poireaux;
- 2 feuilles de céleri;
- 2 brins de persil;
- 3 ou 4 pommes de terre moyennes cuites;
- 300 g de pâte, riz, lentilles cuites;
- 1 noix de beurre;
- poivre et sel.



## recettes dérivées

### Potage à la tomate :

Même préparation, mais remplacez le poireau par 2 belles tomates bien mûres.

### Potage aux épinards :

Remplacez le poireau par une poignée d'épinards.

### Potage aux herbes :

Remplacez le cresson par 4 à 5 feuilles d'oseille, 1 poignée de cresson, 1 branche d'estragon, quelques branches de cerfeuil.

### Potage au cerfeuil :

Remplacez le cresson par un bouquet de cerfeuil, les 3/4 au début, le 1/4 en fin de cuisson.



18'

## potage crécy

- 3 ou 4 carottes;
- 1/2 litre d'eau;
- 1/2 litre de lait;
- 1 gobelet de farine;
- 1 morceau de beurre;
- 1 œuf;
- *facultatif* : 1 cuillerée à soupe de flocons de pommes de terre.

Si le potage vous paraît léger, ajoutez au dernier moment des flocons de pommes de terre.

Épluchez, coupez les carottes en grosses rondelles. Mettez-les dans le bol du mixer.

Ajoutez un peu d'eau.

Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute et demie afin d'obtenir une crème lisse.

Ajoutez le reste du liquide, la farine, le morceau de beurre.

Vous ne devez *jamais* dépasser le dernier trait à l'intérieur du bol.

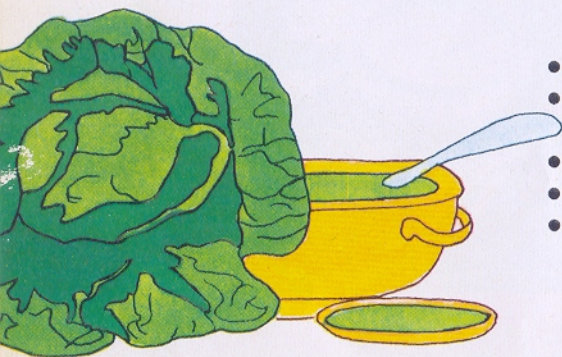
Mettez en chauffage pendant 15 minutes.

Ajoutez l'œuf et remettez en chauffage pendant 3 minutes.



15'

## potage à la laitue



- 10 feuilles de laitue;
- 3 pommes de terre cuites moyennes (300 g environ);
- 1 litre d'eau environ;
- sel, poivre, persil;
- 1 grosse cuillerée à soupe de crème fraîche.

Mettez les feuilles de laitue, les pommes de terre avec un peu d'eau, sel et poivre.

Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

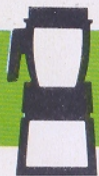
Ajoutez le reste d'eau jusqu'au trait supérieur.

Mettez en chauffage 15 minutes.

Ajoutez la crème, le persil.

Mixez en vitesse 1 pendant 1 minute.

*Facultatif* : vous pouvez ajouter avec la crème un jaune d'œuf.



15'

## potage printanier

- 1 carotte nouvelle;
- 1 petit morceau de poireau (environ 3 cm de blanc);
- 1 tomate;
- 4 cuillerées à soupe de flocons de pommes de terre;
- 1 grosse cuillerée à soupe de crème fraîche;
- 1 litre 1/4 environ d'eau;
- sel, poivre, persil.

Mettez dans l'appareil tous les légumes.

Ajoutez un peu d'eau.

Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

Mettez en chauffage pendant 12 minutes.

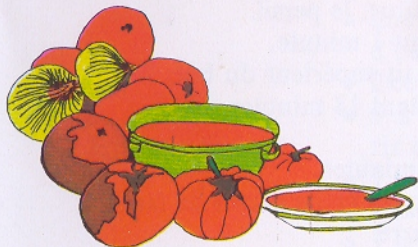
Ajoutez les flocons de pommes de terre, le persil, la crème fraîche.

Remettez en chauffage pendant 3 minutes au minimum.



15'

## potage à la tomate (recette d'été)



- 1 livre de belles tomates bien mûres;
- 3 cuillerées à soupe de semoule de riz;
- environ 1 litre d'eau;
- sel et poivre;
- persil ou estragon;
- 1 œuf;
- 1 bonne cuillerée à soupe de crème fraîche.

Mettez les tomates coupées en quatre, la semoule de riz, les persil, sel et poivre.  
Puis, ajoutez l'eau jusqu'au trait supérieur.  
Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.  
Mettez en chauffage pendant 15 minutes.  
Ajoutez la crème ou l'œuf.  
Mixez en vitesse 1 pendant quelques secondes.  
Ce potage peut se servir avec des petits croûtons.



17'

## velouté de champignons

- 100 g de champignons de Paris;
- environ 1 litre 1/4 d'eau;
- 2 cubes de bouillon de poule concentré;
- 6 cuillerées à soupe de riz cuit ou un gobelet et demi de tapioca;
- le jus d'un citron;
- 1 œuf;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche;
- sel et poivre.

Coupez le pied terreux des champignons.  
Lavez-les rapidement à plusieurs eaux.  
Mettez-les dans le bol du mixer.  
Arrosez-les aussitôt avec le jus du citron.  
Mixez en vitesse 1 30 secondes.  
Ajoutez soit le riz, soit le tapioca, l'eau, le bouillon.  
Mixez en vitesse 2 pendant 1 seconde.  
Puis mettez en chauffage pendant 15 minutes.  
Ajoutez l'œuf, la crème.  
Mettez en chauffage pendant 2 minutes.  
Pour habiller votre potage vous pouvez ajouter aux ingrédients une cuillerée à soupe de vermouth et servir en même temps des petits croûtons frits.



17'

## potage au cresson

- 1/3 de botte de cresson;
- 8 cuillerées à soupe de flocons de pommes de terre;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche;
- 3/4 de litre d'eau environ;
- 1/4 de litre de lait;
- sel et poivre.

Épluchez et nettoyez le cresson.  
Réservez une petite poignée de feuilles et mettez le reste dans le bol avec un peu d'eau.  
Mixez à froid par intermittence pendant 1 minute.  
Ajoutez les flocons de pomme de terre puis l'eau jusqu'au trait supérieur.  
Mettez en chauffage pendant 15 minutes.  
Ajoutez le lait, la crème, les feuilles de cresson mises de côté.  
Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes.  
Puis remettez en chauffage 2 minutes.



## 20' crème de petits pois

- 1/2 boîte de petits pois au naturel (environ 500 g);
- 1 carotte;
- 6 feuilles de laitue;
- 2 ou 3 branches de persil;
- 1 litre d'eau;
- 1 grosse cuillerée de crème fraîche.

Mettez dans le bol les petits pois et leur jus, la carotte coupée en rondelles, la laitue, le persil.  
Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.  
Ajoutez l'eau jusqu'au trait supérieur du bol.  
Mettez en chauffage pendant 18 minutes.  
Ajoutez la crème.  
Remettez en chauffage 2 minutes.  
*Pour accompagner* : quelques petits carrés de jambon ou croûtons dorés au beurre.



## 15' soupe à l'oignon

- 250 g d'oignons;
- 2 cuillerées à soupe de matière grasse;
- 2 cuillerées à soupe de farine un peu bombées;
- 1 litre d'eau environ;
- 2 cubes de bouillon de viande (bœuf ou volaille);
- *facultatif* : gruyère râpé et croûtons.

Épluchez et émincez les oignons.  
Faites-les doucement dorer dans l'huile ou autre corps gras pendant une dizaine de minutes.  
Saupoudrez de farine.  
Mouillez petit à petit avec le bouillon.  
Versez dans le bol.  
Mettez en chauffage pendant 15 minutes.  
Servez avec du persil haché, des croûtons grillés et du gruyère râpé.  
*Facultatif* : vous pouvez également faire gratiner au four pendant 10 minutes.



## 15' potage mystère

Dans toutes les familles, il y a un jour de la semaine où le réfrigérateur est encombré de petits restes : chou-fleur, haricots-verts, petits pois, un peu de sauce blanche, un peu de riz, etc. On n'ose pas les jeter, mais personne n'aime les voir arriver sur la table.

Versez tous vos petits restes (sauf pommes de terre) dans le bol du mixer. Mixez à froid quelques secondes.

Ajoutez le liquide jusqu'au trait supérieur du bol.

Chauffez 15 minutes et rectifiez l'assaisonnement si c'est nécessaire.

Si le potage est un peu trop liquide, ajoutez au début du chauffage des flocons de purée ou des pommes de terre cuites.

**CONSEIL** - Si le potage vous paraît un peu fade, ajoutez persil, cerfeuil ou estragon hachés, ou même une cuillerée à café de concentré de tomates.





17'

## crème d'oseille

- une douzaine de feuilles d'oseille;
- 2 cubes de bouillon de poule;
- 5 à 6 cuillerées à soupe de riz cuit;
- 1 litre d'eau environ;
- 1 œuf;
- 1 grosse cuillerée à soupe de crème fraîche;
- sel et poivre.

Équeuttez et lavez les feuilles d'oseille. Mettez-les dans le bol avec un peu d'eau. Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute. Ajoutez le riz cuit, les 2 cubes de bouillon de poule et complétez d'eau jusqu'au trait supérieur du bol. Ajoutez sel et poivre. Mettez en chauffage pendant 15 minutes. Ajoutez l'œuf et la crème. Remettez en chauffage pendant 2 minutes. Servez aussitôt.



22'

## potage au poisson

- 125 g de filet de poisson;
- 2 à 3 cuillerées à café de concentré de tomate;
- 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive;
- 1/2 échalote;
- 2 ou 3 brins de persil;
- 1/2 verre de vin blanc;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche;
- sel et poivre;
- environ 1 litre d'eau.

Mettez les filets de poisson, l'huile d'olive, le concentré de tomates, l'échalote, le persil, le vin blanc, la crème de riz dans le bol.

Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

Complétez d'eau au trait supérieur du bol.

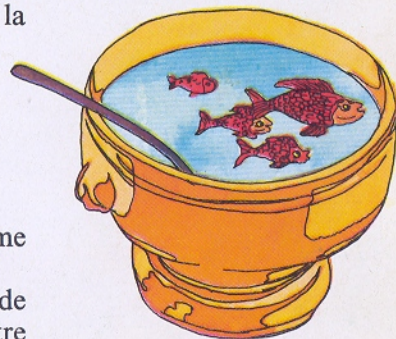
Mettez en chauffage pendant 20 minutes.

Ajoutez l'œuf et la crème.

Remettez en chauffage pendant 2 minutes.

Servez accompagné de petits croûtons grillés ou même aillés.

*Facultatif* : ajoutez une cuillerée à café rase de paprika en poudre ou une pointe de safran selon votre goût.



17'

## velouté de volaille

- 2 cubes de bouillon de poule;
- 1 gobelet et demi de tapioca;
- environ 1 litre d'eau;
- 1 œuf;
- 1 grosse cuillerée à soupe de crème fraîche;
- 1 ou 2 branches d'estragon frais ou séché;
- sel et poivre.

Mettez les cubes de bouillon, le tapioca, l'estragon.

Complétez d'eau au trait supérieur du bol.

Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

Mettez en chauffage pendant 15 minutes.

Ajoutez l'œuf et la crème.

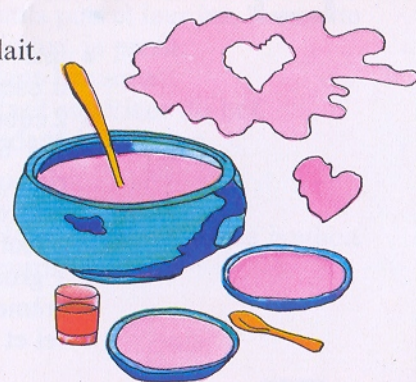
Remettez en chauffage pendant 2 minutes.



## 17' panade

- 125 g à 150 g de pain rassis;
- 50 g de beurre;
- 1/2 litre d'eau environ;
- 1/2 litre de lait;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche;
- 1 œuf;
- sel et poivre;
- *facultatif* : 1 pointe de noix de muscade râpée.

Mettez dans le bol le pain avec le beurre et le lait. Mixez en vitesse intermittente pendant 1 minute. Ajoutez l'eau jusqu'au trait supérieur du bol. Mettez en chauffage pendant 15 minutes. Ajoutez ensuite l'œuf et la crème. Remettez en chauffage pendant 2 minutes.



## 15' potage rose

- restes de légumes de pot-au-feu;
- bouillon de pot-au-feu;
- une cuillerée à soupe de concentré de tomate;
- persil.

Mettez tous les légumes dans le bol, avec un peu de bouillon. Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute. Ajoutez le concentré de tomate puis ajoutez du bouillon jusqu'au trait supérieur du bol. Mettez en chauffage pendant 15 minutes. Ajoutez le persil. Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.



## 17' potage à la tomate (recette d'hiver)

- 1 boîte de concentré de tomate;
- 3 à 4 pommes de terre cuites (environ 300 g);
- 1 œuf;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche;
- persil, estragon ou ciboulette;
- sel et poivre.

Mettez les pommes de terre le concentré de tomate, le persil et un peu d'eau dans le bol. Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes. Ajoutez l'eau jusqu'au trait supérieur du bol. Mettez en chauffage pendant 15 minutes. Ajoutez l'œuf et la crème. Remettez en chauffage pendant 2 minutes. Servez avec des petits croûtons.

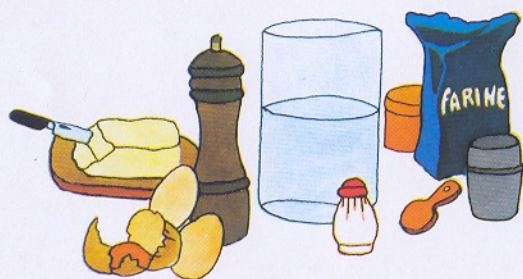
# les sauces





14'

# RECETTE TYPE : la sauce blanche



## INGRÉDIENTS :

- 1/2 litre d'eau (ou de bouillon de légumes) ;
- 1/2 cuillerée à soupe de beurre ;
- 1 petit gobelet de farine ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : 1 cuillerée à soupe de crème fraîche ; le jus d'un 1/2 citron.

## PRÉPARATION :

Mettez l'eau, la farine, le beurre, du sel et du poivre dans le bol du mixer. Mettez en chauffage pendant 12 minutes. Ajoutez la crème et remettez en chauffage pendant 2 minutes.

**CONSEILS POUR LES SAUCES** - Pour lier une sauce : ajoutez un œuf entier 3 minutes avant la fin de la cuisson. Ne jetez pas le blanc, car avec THERMOMIX, il peut être utilisé sans risques de grumeaux.



## recettes dérivées

### Sauce béchamel :

Remplacez l'eau par le lait.

### Sauce Aurore :

Sauce béchamel, plus concentré de tomates (1 à 2 cuillerées à soupe selon votre goût).

### Sauce Mornay :

Sauce béchamel, plus 50 à 100 g de gruyère râpé ajouté à la fin de la cuisson. Remettez ensuite en chauffage pendant 3 minutes.

### Sauce poisson :

Remplacez l'eau de la sauce blanche par le court-bouillon de poisson (filtré), et ajoutez à la fin la crème, 1 œuf, le jus d'un ou d'un 1/2 citron.

### Sauce Dieppoise :

Sauce béchamel à laquelle, en fin de cuisson, vous ajoutez des crevettes cuites décortiquées, des moules et des petits morceaux de poisson.

### Sauce Poulette :

Sauce blanche faite au bouillon de viande blanche. Ajoutez à la fin 1 ou 2 œufs, le jus d'un 1/2 citron.  
*Facultatif* : persil haché.

### Sauce aux câpres :

Sauce blanche plus 1 œuf, 80 g de beurre et 2 cuillerées à soupe de câpres.

### Sauce blonde au curry :

Sauce blanche avec bouillon de viande blanche de préférence. Ajoutez en fin de cuisson 1 œuf, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 pincée de curry (ou plus selon votre goût).



## 23' sauce béarnaise

- 1 gobelet de bon vinaigre de vin ;
- 2 échalotes ;
- 1 poignée d'estragon ;
- un peu de sel ;
- 2 jaunes d'œuf ;
- 150 g de beurre.

Mettez l'échalote, le vinaigre et les fines herbes dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 20 minutes, sans mettre le gobelet : posez alors sur l'orifice une feuille de papier absorbant pour éviter les projections.

Quand le mixer s'arrête, attendez 3 ou 4 minutes, afin de laisser le bol refroidir.

Puis ajoutez les jaunes d'œuf, le beurre et le sel.

Remettez en chauffage pendant 2 minutes en surveillant la sauce par l'orifice du gobelet, prête à arrêter la cuisson ; versez aussitôt la sauce dans une saucière.



UTILISATIONS : Poissons grillés ou cuits au court-bouillon • Bœuf grillé • Mouton grillé.



## 3' sauce hollandaise

- 2 jaunes d'œuf ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 125 g de beurre ;
- sel et poivre.

Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer bien froid.

Mettez en chauffage entre 2 et 3 minutes.

Surveillez par l'orifice du gobelet, pour stopper la cuisson. Versez aussitôt en saucière.

*Petit tour de main* : ne préparez votre sauce qu'au moment de la servir.

UTILISATION : Poissons grillés ou cuits au court-bouillon • Grillades • Asperges et artichauts.



## 15' beurre blanc

- 80 à 100 g d'échalote (grise de préférence) ;
- 1 petit gobelet de bon vinaigre de vin ;
- 200 g de beurre ;
- sel et poivre.

Mettez les échalotes dans le bol. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes. Ajoutez le vinaigre. Mettez en chauffage pendant 15 minutes — mais sans mettre le gobelet pour que le vinaigre puisse s'évaporer. Laissez refroidir le bol pendant 5 à 6 minutes. Ajoutez alors le beurre. Salez et poivrez. Remuez jusqu'à ce que le mélange devienne onctueux.



## 18' sauce solognote

- 2 échalotes  
(de préférence grises) ;
- 1/2 gobelet de bon vinaigre de vin ;
- 1 gobelet de vin blanc ;
- 1 morceau de sucre ;
- 1 œuf et 2 jaunes ;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche bien épaisse ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : estragon frais ou séché.

Dans le bol du mixer, mettez les échalotes épluchées. Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Ajoutez le vinaigre, le vin blanc et mettez en chauffage pendant 15 minutes sans mettre le gobelet pour laisser l'évaporation se faire.

Posez alors sur l'orifice une feuille de papier absorbant afin d'éviter les projections.

Ajoutez ensuite les œufs, la crème fraîche, sel et poivre.

Mettez en chauffage pendant 3 minutes.

Versez dans une saucière dès la fin de la cuisson.



## 7' sauce italienne pour spaghettis

- 100 à 125 g de chair à saucisse ;
- 1 petite pointe d'ail ;
- persil, estragon ou autre herbe selon votre goût, mais en très petite quantité ;
- 3 belles tomates pelées (300 g environ).

Mettez tous les ingrédients dans le bol.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 7 minutes.

On peut ajouter du gruyère, même non râpé, ou une portion de crème de gruyère. Mixez en position 1 pendant 10 secondes.

Cette sauce peut également se faire avec un reste de jambon, de pot-au-feu, ou de veau cuit (environ 125 g).



## 7' sauce de tomates pour l'hiver

- 1 petite boîte de tomates pelées ;
- 1 cuillerée à soupe rase de crème de tapioca ;
- 1 gobelet d'eau ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- 1 brin de persil ;
- 1 pointe de thym et de laurier ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : 1 cuillerée à soupe de crème fraîche.

Mettez tous les ingrédients dans le bol, sauf la crème.

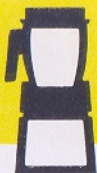
Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.

Mettez en chauffage pendant 7 minutes.

Ajoutez la crème et mixez 2 secondes.

*Facultatif* : Faites comme les Italiens, ajoutez 2 cuillerées à soupe de bœuf haché cuit ou cru, ou un morceau de jambon ou de lard, cuit et mixé.

UTILISATION DE L'UNE OU L'AUTRE DES SAUCES TOMATE :  
les pâtes, les riz • la morue • les côtes de porc ou de veau • le chou-fleur  
• les œufs durs ou mollets • les quenelles, etc.



3'

## beurre maître d'hôtel

- 100 g de beurre ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- un peu de persil ;
- poivre et sel.

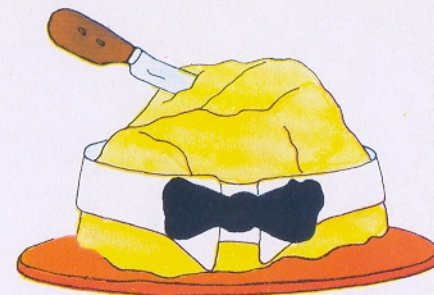
Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer.

Mettez en chauffage pendant 2 à 3 minutes juste pour ramollir le beurre.

Versez le beurre sur une feuille de papier d'aluminium que vous roulez en forme de saucisson.

Laissez au réfrigérateur pendant un petit moment pour qu'il durcisse. Au moment de l'utiliser, vous le couperez en tranches et vous le disposerez sur les grillades de bœuf, de mouton ou de veau.

Vous pouvez également l'utiliser pour accompagner des poissons grillés ou cuits au court-bouillon, des légumes cuits à l'eau.



### RECETTES DÉRIVÉES

**Beurre d'escargot :** 125 g de beurre • 1 petite gousse d'ail • 25 g de mie de pain rassis • persil • sel et poivre.

Mettez l'ail, la mie de pain, le persil dans le bol, mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes. Mettez en chauffage pendant 2 à 3 minutes.

*Utilisation :* Pour accommoder des escargots, des palourdes, pétaucles...

**Beurre d'anchois :** 4 anchois • 100 g de beurre • le jus d'un 1/2 citron • sel et poivre.

Mixez tous les ingrédients en vitesse 1 pendant 20 secondes puis mettez en chauffage pendant 2 minutes.

Attention : avant de saler vérifier le degré de salaison des anchois.

**Beurre de crevettes :** 60 g de crevettes • 100 g de beurre • sel et poivre.

Mettez les ingrédients dans le bol.

Mettez en chauffage pendant 3 minutes.



## sauce vinaigrette

- 1 cuillerée à café de moutarde ;
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre ;
- 4 à 5 cuillerées à soupe d'huile ;
- sel et poivre ;

Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer. Mixez à froid 1 minute environ à position 1.

### RECETTES DÉRIVÉES

**Sauce ravigote :** Vinaigrette, plus ciboulette et câpres.

*Utilisation :* Avec des poissons froids.

**Sauce gribiche :** Vinaigrette, plus 1 œuf dur, fines herbes et cornichons.

*Utilisation :* Se sert avec la tête et la langue de veau ou langue de bœuf.





## mayonnaise

- 1 œuf entier ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 cuillerée à café de moutarde ;
- 1/4 de litre d'huile ;
- 1 pincée de sel ;
- 1 pincée de poivre.

Versez l'œuf, le jus de citron, la moutarde, le sel et le poivre dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 4 secondes.

Ajoutez ensuite peu à peu l'huile sur les couteaux en rotation.

Mixez en position 2 pendant 4 à 5 secondes afin de durcir la mayonnaise.

*Attention* : veillez à ce que le bol soit bien froid.

### SAUCES DÉRIVÉES

**Sauce verte** : Mayonnaise, plus cerfeuil, estragon, cresson, persil, épinards.  
Quelques feuilles de chacun des ingrédients suffisent.

**Sauce rémoulade** : Mayonnaise, plus 2 cuillerées à soupe de câpres et cornichons, plus fines herbes.  
Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.

**Ailloli** : Mayonnaise, plus 1/2 à 1 gousse d'ail. L'ail sera ajouté aux premiers ingrédients. Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.



## mayonnaise d'avocats

- 1 avocat bien mûr ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 œuf entier ;
- 1 cuillerée à café de moutarde ;
- 1 gobelet d'huile ;
- sel et poivre.

Coupez l'avocat en deux et retirez le noyau.

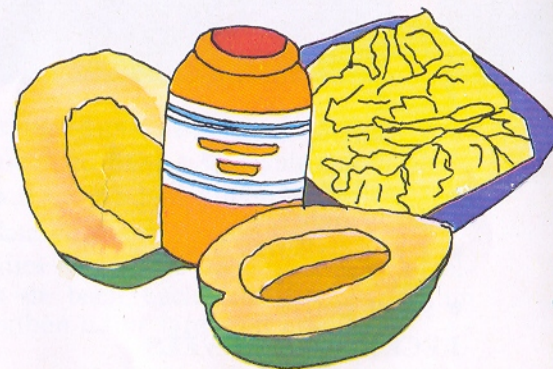
Mettez la chair dans le bol.

Ajoutez l'œuf, le jus de citron, la moutarde, le sel et le poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.

Ajoutez ensuite peu à peu l'huile sur les couteaux en rotation.

Passer en position 2 pendant 4 à 5 secondes.



**UTILISATION** : Cette sauce accompagne les poissons, les viandes froides, ou les crudités.

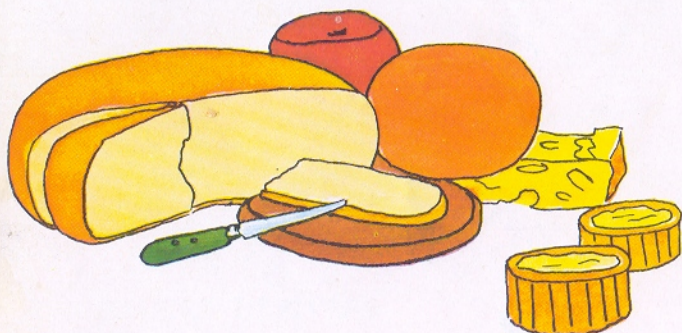
# entrées, fromages





5'

# RECETTE TYPE : crème de fromage



## INGRÉDIENTS :

- 50 g de gruyère ;
- 50 g de Hollande ;
- 1 œuf ;
- 1 gobelet 1/2 de lait ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- 1 cuillerée à café de fécule ;
- un peu de sel (le fromage est salé) ;
- poivre.

## PRÉPARATION :

Mettez le gruyère et le Hollande dans le bol.  
Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.  
Ajoutez le reste des ingrédients.  
Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes.  
Mettez en chauffage pendant 5 minutes.

**UTILISATION :** Cette crème a de nombreux emplois :

**Petites tartes au fromage :** Versez la crème dans le fond de tartelettes cuites.

Faites gratiner au four pendant quelques minutes.

**Gratin de tomates au fromage :** Disposez dans un plat beurré des demi-tomates.

Nappez-les de la sauce au fromage.

Passez au four pendant 5 à 10 minutes.

**Croque-monsieur :** Tartinez de beurre des tranches de pain de mie.

Disposez une petite tranche de jambon.

Nappez de la crème au fromage.

Passez au grill pendant 2 à 3 minutes.

**Petits choux au fromage (pour l'apéritif) :** Remplissez l'intérieur des petits choux vides de crème au fromage.

Réchauffez doucement pendant quelques instants au four.

Peut également se faire avec des petites croûtes vol-au-vent cuites.

## RECETTES DÉRIVÉES

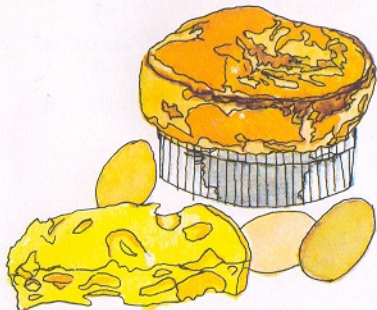
**Crème de jambon :** Ajoutez à la recette de crème de fromage une ou deux tranches de jambon.

**Crème fromage-champignons :** Ajoutez à la recette de crème de fromage le contenu d'une petite boîte de champignons bien égouttés.



3'

## soufflé rapide au fromage



- 30 g de beurre ;
- 1/4 de litre de lait ;
- 1 petit gobelet de farine (aux 3/4 plein) ;
- 4 œufs ;
- 150 g de gruyère ;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche.

Mettez le gruyère coupé en morceaux dans le bol du mixer.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Ajoutez le lait et mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Ajoutez le beurre, la farine, les œufs, du sel et du poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes puis mettez en chauffage pendant 3 minutes. Ajoutez la crème fraîche, mixez en 1, 10 secondes.

Beurrez un moule à soufflé.

Versez la préparation et mettez à cuire au four moyen pendant 30 minutes environ.

**VARIANTE :** Vous pouvez ajouter des petits carrés de jambon ou la chair d'une belle tomate (enlevez la peau et les pépins).



12'

## soufflé au fromage (recette classique)

- 1 petit gobelet de farine ;
- 1/2 litre de lait ;
- 4 œufs ;
- 150 g de gruyère ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- sel, poivre et noix de muscade râpée.

Coupez le gruyère en morceaux et mettez-le dans le bol. Mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes. Transvasez-le dans un bol. Mettez le lait, la farine, le beurre, du sel, du poivre et de la noix de muscade dans le bol. Mettez en chauffage pendant 12 minutes. Ajoutez le gruyère et les jaunes d'œufs. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes. Versez la préparation sur les blancs montés en neige ferme. Incorporez délicatement avec une spatule de bois. Versez dans un moule beurré. Cuisez au four chaud pendant 30 minutes environ.



15'

## fondue savoyarde

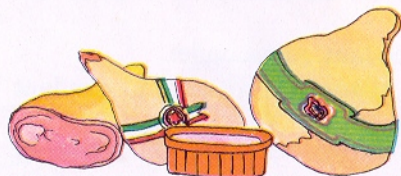
- 450 g de gruyère ;
- 1/4 de litre de vin blanc sec ;
- 1 cuillerée à soupe de kirsch ;
- poivre ;
- *facultatif* : 1 cuillerée à soupe de fécule, 1 pointe d'ail.

Coupez le gruyère en morceaux. Mettez-en la moitié dans le bol du mixer. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes, puis en vitesse 2 pendant 20 secondes. Mettez le râpé de côté et procédez de la même façon pour l'autre moitié de gruyère. Mettez tout le râpé dans le bol. Ajoutez le vin blanc, le poivre et le kirsch. Mettez en chauffage pendant 15 minutes.

**UTILISATION :** Transvasez la fondue toute prête dans un poêlon à fondue, tenez au chaud sur un réchaud.



## mousse de jambon



- 200 g de jambon cuit ;
- 1 feuille de gélatine ;
- 1 œuf ;
- 1 tasse de crème fouettée ;
- 1 cuillerée à soupe de porto ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : noix de muscade râpée ou estragon.

**VARIANTE** : Vous ferez de la même manière des mousses de poisson, de langouste, ou de langue écarlate, etc.

Délayez la gélatine dans la cuillerée de porto et dans 1 cuillerée à soupe d'eau tiède.

Coupez le jambon en morceaux et mettez-le dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes, puis en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Ajoutez la gélatine, l'œuf, sel et poivre.

Mixez en vitesse 2 pendant 2 minutes.

Versez cette préparation sur la crème fouettée.

Incorporez-la doucement et tenez au froid jusqu'au moment de servir.



## 8' brioches aurore

- 6 brioches ;
- 1/4 de litre de lait ;
- 1 boîte 270 g thon naturel ;
- 2 jaunes d'œufs ;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche ;
- paprika, sel, poivre.

Retirez le chapeau des brioches. Creusez les brioches. Faites-les réchauffer au four.

Dans le bol du mixer, mettez l'intérieur et le chapeau des brioches, 1/4 de litre de lait, le thon, 1 cuillerée de crème, sel, très peu de poivre et un peu de paprika.

Mixez à froid, puis chauffez 5 minutes.

Ajoutez les jaunes et chauffez encore 3 minutes.

Emplissez les brioches et gardez-les au chaud.

Servez les brioches bien chaudes et présentez la sauce à part (voir Sauce Aurore, page 22).



## 12' crêpes fourrées aux épinards

- 500 g d'épinards ;
- 150 g de jambon ;
- 1 œuf dur ;
- 50 g de râpé ;
- 1/4 de litre de lait ;
- 50 g de beurre ;
- 2 cuillerées à soupe de farine ;
- sel et poivre.

Nettoyez les épinards et faites-les cuire à l'eau bouillante pendant 5 minutes. Laissez-les bien égoutter. Coupez le jambon en morceaux. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes. Mettez-le de côté dans un bol. Mettez le lait, le beurre et la farine dans le bol. Mettez en chauffage pendant 12 minutes. Ajoutez le gruyère coupé en morceaux et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes. Ajoutez les épinards cuits bien pressés et le jambon haché. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

**UTILISATION** : Pour garnir des crêpes, nappé d'une sauce tomate • Pour garnir une tarte salée préalablement cuite.



5'

## quiche lorraine

- pâte brisée salée (voir page 46);
- 1/4 de litre de lait;
- 2 cuillerées à soupe de farine;
- 30 g de beurre;
- 3 œufs;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche;
- 100 g de râpé;
- 2 tranches de bacon;
- 1 tranche de jambon un peu épaisse;
- sel et poivre.

Mettez le beurre, la farine, le lait, sel et poivre dans le bol.

Mettez en chauffage pendant 5 minutes.

Ajoutez la crème fraîche et le gruyère coupé en morceaux.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Ajoutez les œufs et mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Étalez la pâte sur le moule.

Faites-la cuire pendant 10 à 15 minutes à four moyen.

Disposez sur la pâte les petits carrés de jambon et recouvrez avec la préparation.

Terminez la cuisson au four moyen pendant 25 minutes environ.



10'

## délices et tourte au roquefort

## DÉLICES AU ROQUEFORT

- 12 tranches de pain de mie;
- 125 g de roquefort;
- 1 œuf;
- 2 cuillerées à soupe de farine;
- 2 cuillerées à soupe de beurre;
- 1/2 litre de lait;
- poivre et sel.

Mettez le beurre, la farine, le lait, le poivre, l'œuf, le roquefort, dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Mettez en chauffage pendant 10 minutes.

Disposez sur un plat les tranches de pain de mie.

Recouvrez-les avec cette préparation et faites dorer pendant quelques minutes au grill.

## TOURTE AU ROQUEFORT

- 150 g de roquefort;
- 2 œufs;
- 2 grosses cuillerées à soupe de crème fraîche;
- 2 cuillerées à soupe de fromage blanc;
- poivre et sel à vérifier selon le roquefort;
- 1 rouleau de pâte feuilletée.

Mettez le roquefort, la crème, les œufs, le fromage blanc et le poivre dans le bol et mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Garnissez un moule à tarte de 18 à 20 cm avec la pâte feuilletée.

Versez la préparation au roquefort et recouvrez d'un cercle de pâte puis laissez retomber les bords de pâte sur le milieu.

Dorer la pâte avec un peu de lait cru.

Faites cuire à four moyen pendant 35-40 minutes.





## omelettes

### OMELETTE AU ROQUEFORT (recette aveyronnaise)

- 6 œufs ;
- 50 g de roquefort ;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- 3 ou 4 gouttes de citron ;
- sel selon le fromage et poivre.

Mettez les jaunes d'œuf, le roquefort, la crème et le beurre dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Ajoutez les blancs, le jus de citron et mixez en vitesse 1 pendant 1 minute.

Faites cuire à la poêle comme une omelette ordinaire. Veillez à ce qu'elle soit baveuse, c'est-à-dire peu cuite au milieu.

### OMELETTE AUX FINES HERBES

- 6 œufs ;
- 1 cuillerée à soupe de crème ;
- 1 cuillerée à soupe d'eau ;
- ciboulette, persil, estragon, ou herbes à votre choix ;
- sel et poivre.

Mettez les œufs, la crème, l'eau, sel et poivre dans le bol. Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Ajoutez les fines herbes et mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Puis procédez comme pour une omelette ordinaire.



## œufs farcis au thon

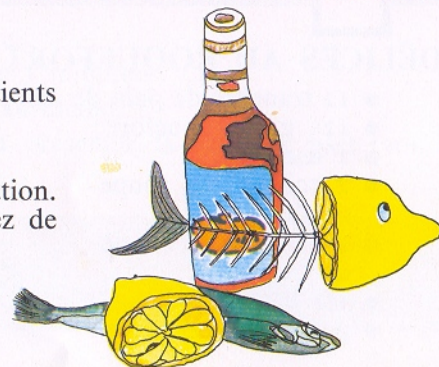
- 6 œufs durs ;
- 1 petite boîte de thon à l'huile (80 g) ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 cuillerée à café de moutarde ;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche ;
- 1 cuillerée à café de ketchup ;
- 1 cuillerée à soupe d'huile d'olives ;
- persil ;
- sel et poivre.

Coupez les œufs en deux.

Sortez le jaune et mettez-le avec les autres ingrédients dans le bol du mixer.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Garnissez chaque demi-œuf avec cette préparation. Posez-les sur des feuilles de salade et garnissez de quartiers de tomates.



## citrons farcis

- 4 citrons ;
- 1 boîte de 6 sardines à l'huile ;
- 50 g de beurre ;
- persil ;
- sel et poivre.

Coupez les citrons en deux en enlevant la pulpe sans abîmer la peau.

Mettez la pulpe d'un citron, les sardines, le beurre, persil, sel et poivre dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Remplissez chaque citron de cette préparation.

Posez sur un lit de salade.



5'

## cancoillotte

- 1/4 d'eau;
- 1/2 gousse d'ail;
- 250 g de méton.

Ajouter tous les ingrédients avec deux pincées de sel, cuisson 5 minutes.

Ajouter à la fin 50 g de beurre.



## feuilleté au jambon

- 3 tranches de jambon;
- 350 g de gruyère;
- 1 pot de crème;
- 2 œufs;
- 250 g de farine;
- 125 g de beurre (ou de margarine);
- 1 cuillère à soupe d'huile;
- 3/4 d'un gobelet d'eau tiède;
- sel, poivre.

Confectionner la pâte brisée en mixant la farine, le beurre, l'huile, l'eau et le sel.

Bien malaxer en s'aidant de la spatule jusqu'à l'obtention d'une boule.

Sortir la pâte et l'étendre au rouleau.

Mettre cette pâte dans un moule.

Auparavant réserver une petite boule de pâte.

Râper le gruyère dans le mixer et verser dans un bol. Mélanger le pot de crème, un œuf plus le blanc du deuxième (le jaune sera mis de côté).

Poivrer et saler légèrement.

Mixer quelques instants.

Étendre sur la pâte une couche de gruyère, du jambon, du gruyère, de la crème, etc.

Étaler la boule de pâte réservée et la poser sur la préparation.

Rabattre les bords de la pâte et dorer avec le jaune d'œuf. Cuire à four chaud pendant 1/2 heure.



15'

## moules à la carmen



- 1 litre de moules ou 1 boîte de moules au naturel;
- 3 verres de vin blanc;
- 250 g de tomates fraîches;
- beurre;
- 3/4 d'un gobelet de farine;
- 1 petit oignon;
- 1 gousse d'ail;
- persil, 4 épices;
- sel, poivre.

Faire ouvrir les moules dans le vin blanc.

Si vous prenez des moules en boîte, ajouter une cuillerée à soupe de vin blanc au jus.

Mettre ces moules en réserve.

Pour la sauce, verser les tomates, le beurre, la gousse d'ail, l'oignon, le persil, 4 épices, poivre et sel, farine et le jus des moules.

Mixer le tout, chauffer 12 à 15 minutes.

Si les tomates sont acides, ajouter 1/2 cuillerée de sucre.

Verser cette sauce sur les moules.



6'

## coquille nantaise

- 1 litre de moules;
- 1 boîte de saumon;
- 1 petite boîte de coquille Saint-Jacques;
- 1/2 livre de champignons;
- chapelure;
- concentré de tomates;
- beurre; sel, poivre de cayenne.

Mettre dans le bol le jus des moules, 2 cuillères de farine, un morceau de beurre, le sel, le poivre de cayenne et cuire 6 minutes.

Ajouter le saumon, la coquille et les champignons. Mixer en vitesse intermittente.

Ajouter les moules, la chapelure et faire gratiner au four 6 minutes.



## petits soufflés campagnards

- 3 œufs;
- 100 g de gruyère;
- 1/4 gobelet de maïzena;
- 1 petit pot de crème fraîche;
- 150 g de lard fumé;
- sel, poivre.

Allumer le four. Ébouillanter les lardons. Râper le gruyère et le réserver dans un bol. Ajouter les œufs, la maïzena, l'eau, le sel et poivre et la crème dans le bocal en vitesse 1 quelques instants.

Ajouter les lardons et donner quelques coups avec la marche intermittente.

Mettre la préparation dans les ramequins beurrés au préalable et mettre au four 1/4 d'heure (thermostat 6-7).



5'

## gnocchis

- 350 g de pommes de terre cuites;
- 350 g de farine;
- 1 œuf;
- 2 cuillerées à soupe de tomate (concentré);
- 4 gobelets d'eau;
- 1 morceau de beurre;
- 2 cuillerées à soupe de farine;
- 1 petite boîte de champignons de Paris;
- sel, poivre.

Mettre les pommes de terre cuites, la farine et l'œuf et mixer en remuant énergiquement avec la spatule.

Étaler la pâte sur la table que vous aurez préalablement farinée et rouler cette pâte en découpant de petits morceaux.

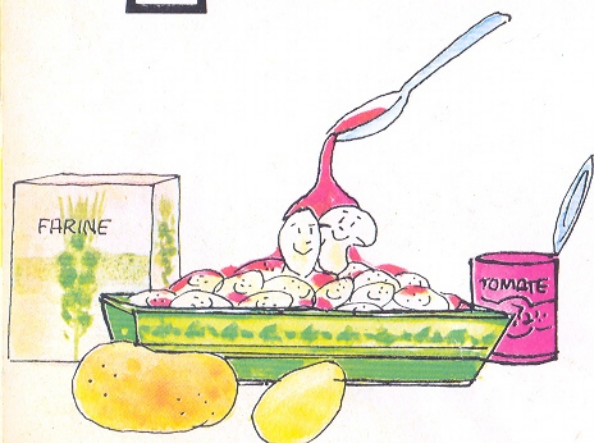
Faire bouillir de l'eau dans une casserole assez grande.

Pendant ce temps, préparer une sauce aurore avec le beurre, la tomate, l'eau, sel, poivre, farine, eau.

Mixer à chaud durant 5 minutes.

Ébouillanter les gnocchis jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface.

Verser dans un plat à gratin, arroser de sauce aurore et déposer par-dessus les champignons égouttés.



# les légumes



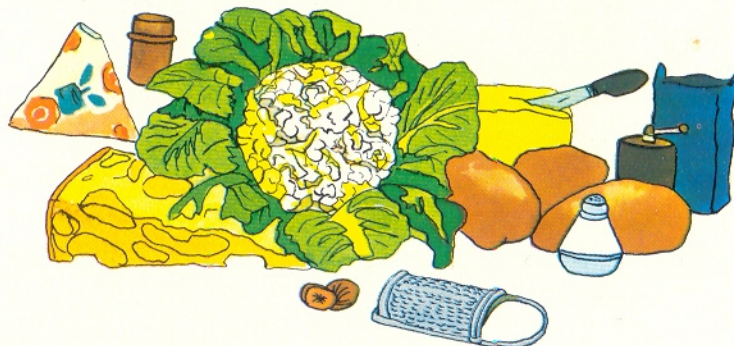


5'

# RECETTE TYPE : le gratin de chou-fleur

## INGRÉDIENTS :

- 1 chou-fleur ;
- 1 pomme de terre moyenne ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- 1 cuillerée à soupe de farine ;
- 1 gobelet de lait ;
- 50 g de gruyère ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : 2 œufs, noix de muscade.



## PRÉPARATION :

Cuisez le chou-fleur et la pomme de terre à l'eau bouillante salée.

Mettez le chou-fleur dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes par intermittences.

Ajoutez la pomme de terre, le beurre, la farine, le lait, le gruyère, 2 œufs (*facultatif*), du sel et du poivre et une pointe de muscade.

Mettez en chauffage pendant 5 minutes.

Versez dans un plat et faites gratiner au four 10 minutes.



## recettes dérivées

### Soufflé au chou-fleur :

Procédez de la même façon, mais ajoutez aux ingrédients :

- d'abord les 3 jaunes d'œufs. Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes ;
- incorporez ensuite les blancs battus en neige, versez dans un plat à soufflé et faites cuire pendant 25 à 30 minutes à four moyen.

### Purée de choux de Bruxelles • Purée de fonds d'artichauts :

Même recette en ajoutant 1 cuillerée à soupe de crème fraîche.



## céleri rémoulade

- 1 petite tête de céleri ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 jaune d'œuf ;
- 1 cuillerée à café de moutarde forte ou douce selon votre goût ;
- 1 gobelet d'huile ;
- sel et poivre.

Épluchez et coupez le céleri en cubes d'environ 3 cm. Mettez le mixer en marche vitesse 2.

Introduisez par l'orifice du gobelet les morceaux de céleri.

Arrêtez le mixage juste après le dernier cube.

**NE REMUEZ PAS** : laissez le céleri contre les parois du bol.

Ajoutez tous les autres ingrédients et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Puis mélangez avec la spatule le céleri et la sauce.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

**UTILISATION** : Comme hors-d'œuvre, disposé dans des petites feuilles de laitue • Pour garnir des cornets de jambon cuit ou cru, ou des cornets de salami.

### RECETTES DÉRIVÉES

**Chou-fleur rémoulade** : Prenez des petites têtes de chou-fleur sans tiges et procédez comme pour le céleri.

Mixez le chou-fleur en vitesse 1 pendant 10 secondes.

**Fenouil rémoulade**



## carottes au thon

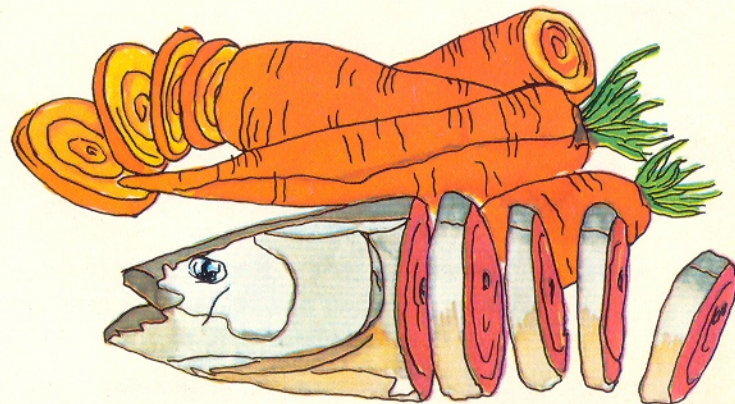
- 3 ou 4 carottes ;
- 1 petite boîte de miettes de thon à l'huile (80 g) ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 jaune d'œuf ;
- 1 gobelet d'huile ;
- sel et poivre.

Épluchez et coupez les carottes en grosses rondelles. Mixez-les comme le céleri.

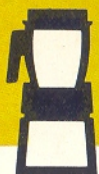
Ajoutez le reste des ingrédients et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Mélangez à l'aide de la spatule.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.



**UTILISATION** : Telle que sur des feuilles de salade • Pour garnir des demi-tomates (petites) • Pour garnir des tranches de betterave • Vous poserez 1 petit brin de persil sur chaque légume.



5'

## petits soufflés de pommes de terre

- 4 grosses pommes de terre cuites ;
- 100 g de gruyère ;
- 1 œuf ;
- 1 cuillerée à soupe de beurre ;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche ;
- 1 gobelet de lait ;
- sel et poivre.

Mettez les pommes de terre cuites avec la peau à sécher au four pendant 15 minutes.

Coupez les pommes de terre au 2/3.

Creusez-les en faisant attention à ne pas abîmer la peau.

Mettez le gruyère en morceaux dans le bol.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Ajoutez l'œuf, la crème, le beurre, le lait, sel et poivre.

Chauffez pendant 5 minutes.

Mixez en vitesse 1 tout en ajoutant la chair de pommes de terre, pendant 20 à 30 secondes.

Remplissez chaque pomme de terre avec la préparation et faites cuire au four chaud pendant 15 minutes.



## galettes de pomme de terre

- 5 pommes de terre de taille moyenne ;
- 1 gousse d'ail ou 1/2 oignon ;
- 1 œuf ;
- persil ;
- 1/2 gobelet de farine ;
- sel et poivre.

Épluchez et coupez en gros morceaux les pommes de terre.

Mettez-les dans le bol.

Recouvrez-les d'eau.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Égouttez-les dans une passoire fine et laissez-les bien égoutter. Puis remettez-les dans le bol.

Ajoutez l'ail ou l'oignon (ou les deux), le persil, l'œuf et la farine.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Faites des petites galettes à l'aide d'une cuillère à soupe.

Faites-les frire dans une poêle, dans l'huile bien chaude.

### RECETTES DÉRIVÉES

**Gratin de pommes de terre :** Reprenez la recette précédente sans farine.

Ajoutez 1 œuf de plus, et 70 g de gruyère.

Versez dans un plat beurré et faites cuire au four pendant 35 minutes environ (four moyen).

**Gratin de carottes :** 500 g de carottes crues • 2 œufs • 2 cuillerées à soupe de crème fraîche • 70 g de gruyère râpé • sel et poivre • *facultatif* : 50 g de jambon haché • estragon frais ou séché.

Jetez les carottes épluchées et coupées en tronçons sur les couteaux en marche vitesse 2 ; remuez un peu avec la spatule puis procédez comme la recette précédente.



## 12' purée de céleri rave

- 1 tête de céleri ;  
(coupée en morceaux et cuite à l'eau salée pendant 20 minutes) ;
- 40 g de beurre ;
- 1/2 gobelet de farine ;
- 2 gobelets de lait ;
- 2 cuillerées à soupe de crème ;
- sel et poivre.

Mettez le beurre, la farine et le lait dans le bol du mixer.

Mettez en chauffage pendant 12 minutes.

Ajoutez les morceaux de céleri cuit, la crème fraîche et mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes puis en vitesse 2 pendant 20 secondes.

### UTILISATION :

Pour accompagner des viandes grillées ou rôties • excellente avec le gibier.



## 15' purée de champignons

- 250 g de champignons ;
- 50 g de beurre ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 2 cuillerées à soupe de farine ;
- 1 gobelet de lait ;
- 1 jaune d'œuf ;
- sel et poivre.

Nettoyez les champignons et coupez-les s'ils sont gros. Mettez-les dans le bol du mixer, avec le beurre et le jus de citron.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Rassemblez les champignons avec la spatule et mixez à nouveau en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Mettez en chauffage pendant 5 minutes.

Ajoutez le lait, la farine, sel et poivre.

Remettez en chauffage pendant 8 minutes.

Ajoutez le jaune d'œuf.

Remettez en chauffage pendant 2 minutes.



UTILISATION : Pour napper des filets de poisson • Pour préparer un gratin de veau (restes de rôti de veau).



## 8' purée de légumes secs (flageolets, pois cassés, lentilles, petits pois)

- 1 boîte 4/4 de flageolets ou de petits pois moyens ou un reste de haricots blancs, pois cassés ou lentilles cuites ;
- 1 gobelet de lait ;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche ;
- *facultatif* : un œuf (ajoutez en même temps que la crème).

Versez les légumes égouttés dans le bol.

Ajoutez le lait et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Puis mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.

Ajoutez la crème et mettez en chauffage pendant 8 minutes.

Si la purée vous paraît trop épaisse, ajoutez un peu de lait.



## tomates farcies

- 9 tomates ;
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olives ;
- 8 cuillerées à café de riz ;
- 300 g de restes de viande ou de chair à saucisse ;
- 1 petit pain au lait ;
- un petit peu de lait ;
- 1 œuf ;
- 1 gousse d'ail ;
- persil ;
- estragon ;
- sel et poivre.

Préparez la farce.

Hachez la viande ; faites tremper le petit pain dans le lait puis égouttez-le ; mettez-le dans le bol avec l'œuf, la gousse d'ail, le persil, l'estragon, sel et poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Découpez le « chapeau » de 8 tomates (la dernière servant à faire la sauce). Retirez les pépins, laissez-les s'égoutter dans le plat de cuisson.

Salez l'intérieur de chaque tomate.

Garnissez chacune d'elles d'une cuillerée à café de riz cru.

Remplissez les tomates à l'aide de la farce et coiffez-les de leur chapeau. Rangez-les dans le plat et arrosez-les d'huile d'olives.

Pelez la dernière tomate et coupez-la en morceaux dans le plat.

Faites cuire au four pendant 50 minutes (four chaud).

*BON A SAVOIR* : Ce plat peut très bien se préparer le matin et se réchauffer le soir.

### RECETTES DÉRIVÉES

**Chou farci** : Faites cuire le chou à l'eau.

Disposez-le dans une cocotte par couches successives en intercalant avec la farce.

Laissez cuire à feu très doux pendant 2 heures.

**Courgettes et poivrons farcis** : Procédez comme pour les tomates.



## gratin de courgettes

- 4 petites courgettes non pelées et une grosse pomme de terre cuites à l'eau salée ;
- 100 g de gruyère ;
- 1 œuf ;
- 2 cuillerées à soupe de crème ;
- 1 petite gousse d'ail ;
- persil ;
- sel et poivre.

Mettez le gruyère coupé en morceaux dans le bol.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Ajoutez l'œuf, la crème, l'ail, le persil, sel et poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Ajoutez les courgettes et la pomme de terre coupées en morceaux.

Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Versez la préparation dans un plat beurré.

Faites gratiner au four pendant 15 à 20 minutes.

# viandes, poissons





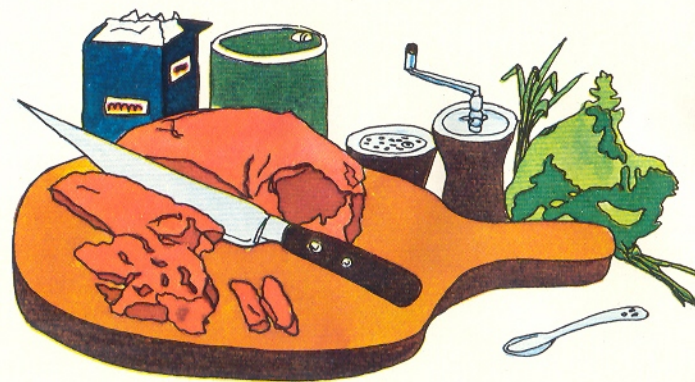
## RECETTE TYPE : viande hachée

### Morceaux conseillés à hacher :

- Bœuf : de la poitrine de bœuf ;  
du premier talon ;  
de la macreuse.
- Veau : bas de carré sans os ;  
flanchet.
- Porc : échine ;  
pointe.

### Avantages :

- économie ;
- de plus vous pouvez conserver la viande non hachée beaucoup plus longtemps au frigidaire et la hacher selon l'utilisation.



### Règles générales pour hacher de la viande :

Faites enlever par le boucher tous les nerfs et le gras (bien éplucher la viande).

Coupez la viande en cubes de 2 à 3 cm.

Mettez le couvercle du thermomix sans le gobelet.

Mettez-le en marche à vitesse 2.

Jetez à l'intérieur les morceaux de viande un à un et arrêtez 2 à 3 secondes après le dernier.

Faites environ 250 à 300 g de viande à la fois (valable pour le veau et le bœuf).

Pour le porc, s'il est un peu gras (exemple : si vous voulez hacher de la poitrine), ne mettez pas plus de 200 à 250 g à la fois.



## steak haché

- 400 g de viande de bœuf ;
- Persil ou estragon ou thym ;
- herbes aromatiques  
au choix ;
- 2 cuillerées à soupe  
de farine ;
- sel et poivre ;
- 1 cuillerée à soupe  
d'huile d'olives.

Mettez dans le bocal le persil, l'estragon, le sel et le poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Hachez ensuite la viande selon les indications ci-dessus.

Façonnez la viande en une galette un peu épaisse.

Farinez les deux faces.

Faites-la dorer dans l'huile chaude à la poêle, 5 minutes environ, de chaque côté (selon votre goût).

Peut se servir avec une sauce aurore, un beurre maître d'hôtel, une sauce béarnaise.



## recettes dérivées du steak haché

### Hamburger :

Steak haché plus 1 œuf au plat posé dessus.

### Steak au fromage :

Steak haché cuit d'un seul côté.

Sur l'autre étalez une couche de moutarde et posez une tranche de gruyère.

Passez au gril pendant 3 à 4 minutes.

### Steak haché à la Russe :

Ajoutez dans votre viande hachée une cuillerée à dessert de moutarde forte et une cuillerée à soupe de câpres.

Puis procédez comme pour la recette de base.

### Steak haché à la Niçoise :

Servez les steaks hachés avec des tomates poêlées, des olives vertes et noires.



## steak tartare (2 personnes)

- 300 g de viande de bœuf ;
- 1 petite échalote ;
- 2 cornichons ;
- 1 cuillerée à café de moutarde forte ;
- 1 cuillerée à café de ketchup ;
- 1 jaune d'œuf ;
- persil ;
- sel et poivre.

Mettez tous les ingrédients sauf la viande dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Mettez en vitesse 2 et ajoutez la viande (voir conseils pour la hacher).

Arrêtez le mixage dès le dernier morceau.

Ce steak se mange cru.





## steak à la hongroise

Préparation : 15 minutes

Proportions : pour 2 personnes

Hacher 300 g de viande.

Former 2 steaks de 150 g chacun.

Faire chauffer 30 g de beurre dans une poêle et faire dorer les 2 steaks à feu vif 5 minutes de chaque côté.

Mettre dans le bocal 3 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 pincée de Paprika ou de piment doux, saler, poivrer.

Mixer le tout.

Verser cette préparation sur les steaks dans la poêle. Laisser chauffer à feu doux.

Servir chaud.

*Suggestion* : Déglacer la poêle avec une cuillerée à soupe de vin blanc.



## steak à la bordelaise

Préparation et cuisson : 15'

Proportions : pour 4 personnes

- 400 g de viande;
- échalotes;
- vin rouge.

Hacher la viande.

Former 4 steaks, les faire cuire 5 minutes de chaque côté.

Saler et poivrer.

Dans la poêle ayant servi à cuire les steaks, faire dorer 2 échalotes coupées en lamelles.

Déglicer avec un peu de vin rouge.

Servir les steaks nappés de la sauce.

*Suggestion* : servir les steaks sur canapé (pain grillé beurré).



## steak tarass boulba

Préparation : 10 minutes

Proportions : pour 4 personnes

Hacher des échalotes.

Couper des cornichons en rondelles.

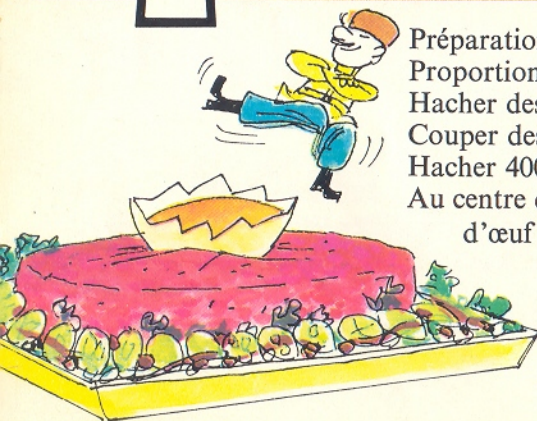
Hacher 400 g de viande et préparer 4 steaks.

Au centre de chaque steak poser un jaune d'œuf dans sa 1/2 coquille.

Autour de la viande disposer les cornichons en rondelles, les échalotes hachées, des câpres, des anchois et du persil préalablement haché.

Servir avec plusieurs sauces (anglaise, piquante, à la tomate, à la moutarde).

*Suggestion* : peut être accompagné d'une salade assortie à l'estragon ou de pommes chips passées au four.





## pâté de campagne

- 400 g de poitrine fraîche;
- 300 g de veau (poitrine ou plat de côte);
- 2 gousses d'ail;
- 3 oignons;
- 2 échalotes;
- 1 petit bouquet de persil;
- 4 cuillerées à café de fécule de pomme de terre;
- 3 cuillerées à café de sel;
- 2 cuillerées à café de poivre;
- un peu de laurier;
- 2 gobelets de vin blanc sec;
- 1/2 gobelet d'alcool (cognac ou eau de vie).

Hacher la viande en vitesse 2 morceau par morceau. Verser la viande hachée au fur et à mesure dans un grand saladier.

Mettre ensuite tous les autres ingrédients dans le bocal Mixer longuement en vitesse 2 puis verser cette préparation sur la viande hachée.

Mélanger bien le tout et verser dans une terrine.

Cuisson au bain-marie pendant 1 h 30. Four moyen.



## terrine de canard à l'armagnac

- 1 canard de 1,500 kg, non désossé;
- 200 g de viande de veau;
- 200 g de porc;
- 200 g de petit salé;
- plusieurs bardes de lard;
- 1 verre d'armagnac;
- 3 œufs; 2 oignons;
- thym, laurier, romarin, sauge, persil; sel, poivre; 4 épices.

Tout d'abord, enlever la peau du canard, la mettre en réserve.

Désosser le canard, découper-le en morceaux, sauf les filets (côtés du canard) qui doivent rester entiers. Hacher rapidement toute la viande (canard, veau, porc) dans le mixer, petite quantité par petite quantité.

Au fur et à mesure, déposer dans un saladier.

Préparer la sauce avec les 3 œufs, 2 oignons, ail, thym, laurier, romarin, sauge, persil, sel, poivre, 4 épices et le verre d'armagnac.

Mixer en vitesse 2 quelques instants.

Verser cette sauce sur la viande, mélanger.

Mettre la peau du canard au fond d'une terrine, ainsi qu'une barde de lard.

Déposer une couche de viande, une couche de filet, ainsi de suite.

Recouvrir le tout avec les bardes de lard restantes. Terminer en rabattant la peau.

Faire cuire à four chaud durant 1 h 15.



## pâté de lapin

- 4 cuillerées à café de fécule de pomme de terre;
- 3 cuillerées à café de sel;
- 2 cuillerées à café de poivre;
- un peu de laurier, thym;
- 2 gobelets de vin blanc sec;
- 1/2 gobelet d'alcool (cognac ou eau-de-vie).
- 400 g de poitrine fraîche;
- 300 g de rable de lapin et son foie;

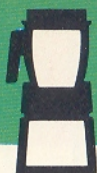
- 2 gousses d'ail;
- 3 oignons;
- 2 échalotes;
- 1 petit bouquet de persil;

Hacher la viande en vitesse 2 morceau par morceau, la mettre au fur et à mesure dans un grand saladier. Mettre ensuite tous les autres ingrédients dans le bocal et mixer longuement en vitesse 2, puis verser cette préparation sur la viande hachée.

Mélanger bien le tout et verser dans une terrine.

Cuisson 1 h 30 au bain-marie. Four moyen.





## terriner de foies de volailles

- 250 g de foies de volailles ;
- 250 g de lard de poitrine frais ;
- 1/2 gobelet de porto ;
- 2 cuillerées à soupe de cognac ;
- 1 œuf ;
- sel, poivre ;
- quelques branches de persil ;
- 1 feuille de laurier ;
- 1 branche de thym.

Mettez les foies dans le bol du mixer. Mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes. Versez le foie mixé dans un récipient. Coupez le lard en petits cubes.

Mettez le mixer en vitesse 2 et introduisez les carrés de lard un par un. Mélangez les deux hachis.

Ajoutez le porto, le cognac, l'œuf, du sel et du poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Mettez dans une terrine et faites cuire au bain-marie pendant 50 minutes.

Cette recette peut se réaliser avec du foie de porc.

*Un petit conseil :* choisissez du lard de poitrine plutôt gras.

Vous pouvez envelopper la préparation dans une crêpe avant de la mettre dans la terrine. Ajoutez les herbes sur le dessus.



## gâteau de foie

- 250 g de foies de volailles ou de foie de porc ;
- 250 g de lard de poitrine frais ;
- 40 g de mie de pain ;
- 1 peu de lait ;
- 1 gousse d'ail ;
- persil et estragon ;
- 2 œufs.

Hachez d'abord les foies puis le lard de poitrine (comme pour la recette précédente).

Mettez le hachis de côté.

Mettez la mie de pain dans le bol du mixer avec un peu de lait chaud, la gousse d'ail, persil et estragon.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Ajoutez le hachis, 2 jaunes, sel et poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Battez les blancs en neige au batteur électrique.

Incorporez-les doucement.

Beurrez un moule de 18 à 20 cm de diamètre et versez-y la préparation.

Faites cuire à four moyen pendant 20 à 25 minutes.

Le gâteau de foies peut se servir chaud accompagné d'une sauce tomate ou froid coupé en tranches avec une salade.



## farce

- restes de viande ou chair à saucisse ou porc haché (250 à 300 g) ;
- 2 ou 3 tranches de pain de mie trempées dans du lait ;
- 1 œuf, 1/2 gousse d'ail ou 1 échalote ou les deux ;
- persil, estragon, sel et poivre.

Coupez la viande en petits cubes et hachez-la.

Ajoutez tous les ingrédients dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

*CONSEIL* - Si vous voulez alléger la farce employez des biscottes à la place du pain.

**Cette farce peut être utilisée pour farcir des légumes**



10'

## croquettes de viande (viande blanche : poulet ou veau)

- 200 g de viande blanche de veau ou de poulet ;
- 100 g de champignons ;
- 1 tasse de chapelure ;
- 1 œuf ;
- 1/4 de litre de lait ;
- 1/2 gobelet de farine ;
- 1/2 gobelet de beurre ;
- sel et poivre.

Mettez la viande, les champignons nettoyés et le persil dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Mettez le hachis de côté.

Versez le lait, la farine, le beurre, sel et poivre dans le bol.

Mettez en chauffage pendant 10 minutes.

Ajoutez le hachis et le jaune d'œuf.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Laissez refroidir.

Former alors des croquettes et passez-les successivement dans le blanc d'œuf battu puis dans la chapelure.

Faites-les frire dans l'huile très chaude.



## boulettes de bœuf (utilisation de restes)

- 400 g de bœuf cuit ;
- 1 œuf ;
- 1/2 oignon ou 1 échalote ;
- persil ;
- 1 tranche de pain humectée de lait ;
- sel et poivre.

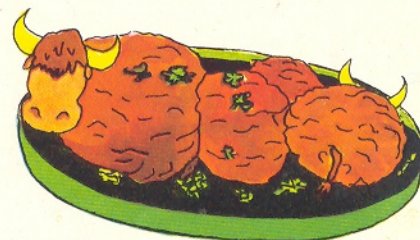
Coupez la viande en petits cubes.

Jetez-la morceau par morceau sur les couteaux du mixer tournant en vitesse 1.

Puis ajoutez les autres ingrédients et mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Formez des boulettes que vous roulez dans la farine.

Cuisez-les délicatement à la poêle et servez avec une sauce tomate.



16'

## hachis parmentier (restes de bœuf, de pot-au-feu)

- 250 à 300 g de viande cuite ;
- 1 oignon ;
- 1/2 cube de bouillon de pot-au-feu ;
- 1 cuillerée à soupe de farine ;
- 1 gobelet d'eau ;
- 40 g de beurre ;
- persil ;
- poivre (pas de sel à cause du bouillon) ;
- *facultatif* : 1 cuillerée à café de concentré de tomates.

Hachez la viande et mettez-la de côté. Mettez le beurre et l'oignon coupé en quatre dans le bol. Mixez vitesse 1, 10 secondes. Mettez en chauffage pendant 10 minutes. Ne mettez pas le gobelet pour laisser le goût d'oignon s'évaporer, mais posez une feuille de papier absorbant pour éviter les projections. Ajoutez le bouillon, la farine, l'eau, le persil et le poivre. Remettez en chauffage pendant 5 minutes. Mélangez cette sauce avec la viande hachée et disposez le hachis au fond d'un plat. Recouvrez de purée de pommes de terre. Saupoudrez avec un peu de gruyère râpé et faites gratiner au four pendant 20 minutes.

*Facultatif* : Si vous ajoutez du concentré de tomates, ajoutez-le dans la sauce en même temps que la farine, l'eau, etc.



## pâté de pâques

- 150 g de lard ;
- 100 g de porc maigre ;
- 150 g de veau ;
- 1 oignon ou 1 échalote ;
- 2 c. à s. de cognac ;
- 5 œufs ;
- persil ;
- 4 épices ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : estragon, persil, ciboulette.

Faites durcir 2 œufs. Hachez le lard, le porc, le veau (voir explication page 40). Épluchez et mettez l'oignon dans le bol. Ajoutez le persil, les œufs, le cognac, les épices, sel et poivre.

Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes. Ajoutez la viande par petites quantités. Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes. Posez la farce sur une feuille d'aluminium. Disposez dessus les 2 œufs durs, l'un à la suite de l'autre et recouvrez-les avec le reste de farce. Repliez ensuite le papier pour envelopper le pâté, pratiquez un petit trou sur le dessus.

Faites cuire à four moyen pendant environ 1 heure. Ce pâté peut se manger tiède ou froid, accompagné ou non d'une salade.

Les œufs durs sont facultatifs : vous pouvez très bien ne pas les mettre.



## coquilles de poulet

- environ 200 g de poulet désossé (à défaut, vous pouvez compléter par un peu de jambon) ;
- 1 bonne c. à s. de beurre ;
- 2 c. à s. de farine ;
- 1/2 litre de lait ;
- noix de muscade râpée ;
- 2 œufs entiers ;
- 75 g de gruyère râpé ;
- 2 c. à s. de chapelure ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : quelques petits champignons sautés au beurre.

Si vous avez un peu plus de poulet, coupez-le en petits morceaux et mettez-le de côté.

Mettez le poulet dans le bol.

Hachez-le en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Ajoutez le beurre, la farine, le lait, la noix de muscade, sel et poivre.

Mettez en chauffage pendant 10 minutes.

Ajoutez les œufs, le gruyère râpé et remettez en chauffage pendant 2 minutes.



## crêpinettes de veau

- 300 g de veau (dans le bas carré) ;
- 100 g de jambon cuit ;
- 100 g de champignons ;
- 1 morceau de crêpine ;
- 1 petite échalote ;
- 30 g de beurre ;
- 1 cuillerée à soupe de jus de citron ;
- *facultatif* : paprika ou estragon, crème pour lier la sauce.

Épluchez l'échalote et nettoyez les champignons. Mettez-les dans le bol avec le beurre, le citron, sel et poivre. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes, puis en chauffage 8 minutes.

Coupez le veau et le jambon en morceaux. Ajoutez la viande sur les couteaux en marche 2. Dix secondes après le dernier morceau, arrêtez. Coupez la crêpine en 4 morceaux. Divisez la farce également en quatre. Enveloppez chaque portion dans la crêpine. Faites-les cuire à la poêle dans un peu de beurre pendant 15 à 20 minutes.

*Facultatif* : Ajoutez 1 bonne cuillerée à soupe de crème pour lier le jus de cuisson.



## soufflé de poisson

- 220 à 250 g de filets de poisson sans arêtes ;
- 100 g de champignons ;
- 50 g de crevettes décortiquées ;
- 2 gobelets de lait ;
- 1 cuillerée à soupe de farine ;
- 1 cuillerée à soupe de crème ;
- 2 œufs ;
- sel et poivre.

Coupez les filets de poisson en morceaux.  
Introduisez ces morceaux dans le mixeur en vitesse 2, puis les champignons, puis les crevettes.  
Passez en vitesse 1.  
Ajoutez le reste des ingrédients et mixez pendant 30 secondes.  
Beurrez un moule à soufflé.  
Versez la préparation, faites cuire à four moyen pendant une vingtaine de minutes et servez.

### RECETTE DÉRIVÉE

**Soufflé de poisson à la tomate :** Remplacez les champignons par une ou deux tomates fraîches, une grosse cuillerée à café de concentré de tomate et ajoutez une petite échalote. Procédez de la même façon.  
La cuisson au four est également la même.



## quenelles de poisson

- 1 œuf ;
- 1 gobelet 1/2 de lait ;
- 1 gobelet 1/2 de farine ;
- 50 g de beurre ;
- 200 g de poisson cuit (restes) ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : une pointe de noix de muscade.

Mettez tous les ingrédients dans le bol.  
Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.  
Mettez en chauffage pendant 4 minutes.  
Mixez à nouveau en vitesse 2 pendant 20 secondes.  
Versez immédiatement la préparation dans un récipient.  
Mettez de l'eau à bouillir dans une grande casserole.  
Façonnez votre préparation en quenelles.  
Roulez-les dans la farine.  
Mettez-les à cuire dans l'eau bouillante : les quenelles tomberont au fond de la casserole.  
Lorsqu'elles remontent, au bout de 5 minutes environ, elles sont cuites.



## farce de poisson

- 200 g de filets de poissons crus ;
- 120 g de beurre ;
- 1 tasse de mie de pain trempée dans du lait ;
- 1 œuf ;
- le jus d'un ou d'un 1/2 citron.

Mettez les filets de poisson coupés en morceaux et le beurre dans le bol.  
Mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.  
Ajoutez l'œuf, le jus de citron, la mie de pain trempée.  
Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute en tournant avec la spatule pour que la pâte soit bien lisse.



## tomates farcies au poisson (restes de poisson froid)

- 1 petit reste de poisson froid cuit au court-bouillon ;
- 2 pommes de terre cuites à l'eau ;
- 1 petit bol de mayonnaise ;
- sel et poivre, persil ;
- *facultatif* : 1/2 gousse d'ail.

Mettez tous les ingrédients dans le bol.  
Mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.  
Remplissez de petites tomates avec cette préparation.  
Tenez au frais quelques heures et servez comme entrée.



## gratin de poisson (restes de poisson)

- restes de poisson cuit ;
- 1 c. à s. de farine ;
- 1 c. à s. de beurre ;
- 2 gobelets de lait ;
- 2 c. à s. de crème ;
- 50 g de gruyère ;
- sel et poivre ;
- *facultatif* : noix de muscade.

Enlevez soigneusement les arêtes du poisson.  
Mettez-le dans le bol du mixer avec le lait.  
Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes, puis en 2 pendant 20 secondes.  
Ajoutez la farine, le beurre, sel et poivre et la noix de muscade.  
Mettez en chauffage pendant 10 minutes.  
Ajoutez la crème et remettez en chauffage pendant 10 minutes.

### UTILISATION :

**Gratin de poisson aux pommes de terre :** Dans un plat à gratin, mettez des rondelles de pommes de terre cuites. Recouvrez avec la préparation au poisson, saupoudrez de gruyère râpé et passez au four pendant 5 minutes environ.



## brandade de morue

- 450 g de morue ;
- 1/4 de litre d'huile d'olives ;
- 2 bonnes cuillerées à soupe de crème fraîche ;
- 1 gobelet d'eau chaude ;
- 1/2 gousse d'ail ;
- poivre.

Faites dessaler la morue et faites-la cuire à l'eau avec une feuille de laurier. Laissez frémir pendant 8 minutes puis égouttez. Émiettez-la en retirant les arêtes. Versez un peu d'huile (un demi-gobelet) avec l'ail dans le bol. Chauffez pendant 5 minutes ensuite sur vitesse 1. Ajoutez le quart de la morue, puis le reste d'huile.  
A nouveau, ajoutez un peu de morue, versez ensuite un gobelet d'eau chaude, puis ajoutez le reste de la morue, la crème fraîche et le poivre.  
Mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.  
*Facultatif* : Le jus d'un 1/2 citron. Quelques croûtons frits.

**TOUR DE MAIN :** Si la préparation est trop épaisse, n'hésitez pas à ajouter un peu d'eau chaude.

# les desserts





10'

## RECETTE TYPE : la crème anglaise

### INGRÉDIENTS :

- 1/2 litre de lait ;
- 100 g de sucre ;
- 5 jaunes d'œuf ;
- 1 paquet de sucre vanillé.

Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer.  
Chauffez 10 minutes.

Puis versez immédiatement la crème dans un récipient pour stopper la cuisson. Remuez en cours de refroidissement.



10'

## crème anglaise économique

- 1/2 litre de lait ;
- 100 g de sucre ;
- 3 jaunes d'œuf ;
- 1 cuillerée à soupe rase de fécule de pommes de terre.

Procédez de la même façon.



## recettes dérivées

### Crème anglaise à la vanille :

Ajoutez dans le lait une gousse de vanille préalablement fendue dont l'intérieur sera gratté avec un couteau pour mieux parfumer la crème.

### Crème anglaise au café :

Ajoutez aux jaunes d'œuf, deux cuillerées d'extrait de café ou une 1/2 tasse de café très fort.

### Crème anglaise au caramel :

Ajoutez au lait une dose de caramel tout prêt.

### Crème anglaise au chocolat :

Ajoutez 125 g de chocolat aux ingrédients de la recette de base.

### Crème anglaise au rhum ou au grand marnier :

Ajoutez selon votre goût, 1 à 2 cuillerées de rhum ou de grand marnier.



## 12' crème cuite

- 2 œufs ;
- 100 g de sucre ;
- 2 c. à s. rase de farine ;
- 1/2 litre de lait ;
- 1 sachet de sucre vanillé.

Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer.  
Chauffez 12 minutes.

En fin de cuisson, remuez légèrement à la spatule et versez dans une jatte ou dans des coupes et laissez refroidir.

### VARIANTE : Crème arlequin

Faites une crème cuite. Enlevez la moitié de la crème du bol.  
Ajoutez 2 cuillerées à soupe de cacao non sucré dans le reste de la crème.  
Mixez 30 secondes à vitesse 1.  
Puis versez, en même temps, les deux préparations dans des coupes :  
les couleurs resteront séparées.



## 12' crème frangipane

- 1/4 de litre de lait ;
- 1 œuf entier plus 2 jaunes ;
- 50 g de sucre ;
- 1 goutte d'essence d'amandes amères ;
- 12 petits macarons.

Mettez le lait, les œufs et le sucre dans le bol de l'appareil.

Mettez en chauffage pendant 7 minutes.

Ajoutez les macarons et l'essence d'amandes amères.

Remettez en chauffage pendant 5 minutes.

**1<sup>re</sup> utilisation :** A servir telle que dans des coupes individuelles ou dans une jatte, ou à faire prendre en glace.

**2<sup>e</sup> utilisation :** Pour garnir une tarte ou fourrer un gâteau.

Procédez de la même manière en ajoutant dans le bol, au départ, une bonne cuillerée à soupe de farine.



## 8' crème à la banane

- 3 bananes ;
- 1/4 de litre de lait ;
- 1 œuf plus 1 jaune ;
- 1 cuillerée à soupe rase de fécule de pommes de terre ou de crème de riz ;
- 1 cuillerée à soupe de rhum ;
- 1 gobelet de sucre ;
- le jus d'un 1/2 citron.

Pelez les bananes.

Mettez-les dans le bol à mixer.

Arrosez-les avec le jus de citron.

Ajoutez le sucre.

Mixez quelques instants en vitesse 1.

Puis ajoutez le reste des ingrédients.

Mettez en chauffage 8 minutes.

Versez dans une jatte et mettez au frais jusqu'au moment de servir.



12'

## crème pâtissière

- 2 jaunes d'œuf plus 1 œuf entier ;
- 5 cuillerées à soupe de sucre ;
- 3 cuillerées rases de farine ;
- 1/2 litre de lait ;
- 1 sachet de sucre vanillé ou autre parfum (1 cuillerée à soupe de rhum ou de kirsch).

Mettez tous les éléments dans le bol de l'appareil.

Mixez 1 minute en vitesse 1.

Mettez à chauffer 12 minutes.

**UTILISATION :** La crème pâtissière a de nombreuses utilisations :  
*Entre autres :* Fourrer un gâteau • Garnir le fond d'une tarte puis ajouter des fruits au sirop • Mélanger avec des fruits frais ou des fruits au sirop.



18'

## crème noisette

- 1/2 litre de lait ;
- 125 g de chocolat à croquer ;
- 50 g de beurre ;
- 50 g de noisettes épluchées ;
- 2 cuillerées à soupe rases de maïzena ;
- *facultatif* : 2 cuillerées à soupe de crème fraîche. Sucre en plus selon votre goût.

Mixez les noisettes à vitesse 2, jusqu'à ce qu'elles soient en poudre, soit pendant environ 1 minute.

Ajoutez tous les autres ingrédients sauf la crème fraîche. Mixez 30 secondes.

Mettez en marche chauffage 18 minutes.

Ajoutez à la fin, si vous le désirez, la crème fraîche et mixez 15 secondes en vitesse 1.

Versez dans une jatte ou dans des coupes individuelles et servez bien frais.

**VARIANTES : Crème noix**

Vous faites la même crème avec des noix et un peu d'extrait de café (1 à 2 c. à s.).

**Crème d'amandes**

Vous faites la même crème avec des amandes et du chocolat (comme la noisette). Cette crème peut également être mise au freezer et transformée en glace.



6'

## flan au chocolat

- 125 g de chocolat à croquer en tablette ;
- 1/2 litre de lait ;
- 75 g de sucre ;
- 2 œufs ;
- 2 cuillerées à soupe rases de farine.

Cassez le chocolat en petits morceaux.

Mettez-le dans le bol avec le lait et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Ajoutez le sucre, les œufs et la farine.

Mettez en chauffage pendant 6 minutes.

Versez dans une jatte et mettez au frais jusqu'au moment de servir.

*Facultatif :* Vous pouvez ajouter 1 c. à s. de rhum.



## compote de pommes

- 4 à 5 belles pommes (reinette, canada ou boscop);
- 3/4 de gobelet de sucre ;
- le jus d'un citron ;
- 1/2 gobelet d'eau.

Lavez les pommes.

Coupez-les en quartiers.

Enlevez les trognons, les queues et les taches s'il y en a.

Mettez dans le bol du mixer avec l'eau et le jus de citron.

Mixez à vitesse 1 pendant 1 minute en remuant avec la spatule.

Puis mettez en chauffage 12 minutes.

Ajoutez le sucre.

Remettez en chauffage 3 minutes.



## compote de fruits à noyaux (prunes, abricots, pêches)

- pour 500 g de fruits, prévoyez environ 150 g de sucre selon l'acidité ; prunes et abricots : la quantité de sucre sera plus importante que pour les pêches.

Lavez les fruits.

Enlevez les noyaux.

Mettez les fruits et le sucre dans le bol du mixer.

Mettez en chauffage 15 minutes.



## compote de fruits secs

### COMPOTE D'ABRICOTS SECS

- 250 g d'abricots secs ;
- 1 jus d'orange ;
- 3 gobelets d'eau.

Mettez à tremper les abricots dans le jus d'orange et l'eau pendant au moins 6 heures.

Versez le tout dans le bol et mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Mettez en chauffage pendant 10 minutes.

Cette compote peut ne pas être chauffée, mixez alors 20 secondes de plus.

### COMPOTE DE PRUNEAUX

Utiliser des pruneaux à 30 % d'humidité.

Dénayautez-les et faites-les tremper dans un gobelet de vin rouge ou de vin cuit et 2 gobelets d'eau.

Procédez ensuite comme pour la compote d'abricots secs.



## quatre-quarts, les pâtes

- 3 œufs entiers ;
- 125 g de sucre en poudre ;
- 125 g de matière grasse ;  
(beurre ou margarine) ;
- 125 g de farine tamisée ;
- 1/2 paquet de levure ;
- *facultatif* : parfum, le zeste râpé d'un citron ou d'une orange.

### PÂTE BRISÉE (salée)

- 250 g de farine ;
- 125 g de beurre ;
- 1 cuillerée à soupe d'huile ;
- 3/4 d'un gobelet d'eau tiède ;
- 1 pincée de sel.

### PÂTE BRISÉE (sucrée)

- 2 cuillerées à soupe d'huile ;
- 100 g de beurre ;
- 1 gobelet de sucre en poudre ;
- 250 g de farine ;
- 3/4 d'un gobelet d'eau tiède.

Mettez les œufs, le sucre et la matière grasse dans le bol.

Mettez en chauffage 1 minute.

Puis mixez en vitesse 2 pendant 1 minute.

Ajoutez la farine et la levure en vous servant de la vitesse 1 juste le temps d'incorporer la farine.

Beurrez un moule, versez-y la pâte et faites cuire à four moyen pendant 35 minutes environ.

Démoulez tiède.

*PETIT TOUR DE MAIN* : Laissez reposer votre gâteau pendant 30 minutes à 1 heure dans le moule avant de le faire cuire.

Mettez tous les ingrédients dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Saupoudrez une assiette et posez la pâte dessus.

Laissez-la reposer au moins 2 heures dans le réfrigérateur.

Puis utilisez-la comme vous en avez l'habitude.

Cette pâte peut se conserver plusieurs jours dans le réfrigérateur.

Mettez l'huile, le beurre et le sucre dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.

Faites chauffer pendant 1 minute.

Versez la farine par l'orifice du gobelet sur le mélange beurre-sucre tout en mixant en vitesse 1 pendant 20 secondes. Procédez, pour terminer, de la même façon que pour la pâte brisée salée.



## garniture de tarte pour l'hiver

- 2 œufs ;
- 1 gobelet 1/2 de sucre ;
- 2 gobelets de poudre d'amandes ou de noisettes ;
- 1/2 pot de confiture d'abricot.

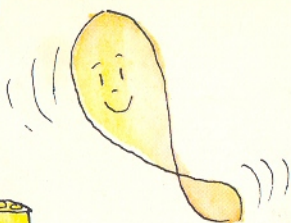
Faites cuire préalablement votre tarte pendant 15 minutes.

Étalez la confiture d'abricots puis versez la préparation aux amandes.

Remettez au four moyen environ 20 minutes.



## pâte à crêpes



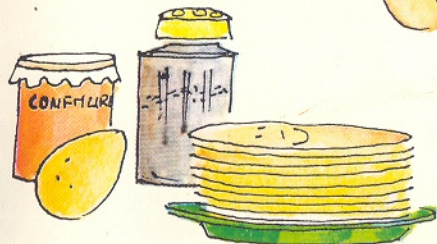
pour une dizaine de crêpes :

- 250 g farine;
- 1/2 l de lait;
- 2 œufs;
- Sucre vanillé (1 sachet);
- Rhum (selon goût).

Mettre tous les ingrédients dans le bol.

Mixer en vitesse 1 pendant 1 minute.

Laisser reposer la pâte 1 heure.



## pâte d'amande

- 100 g de sucre en poudre;
  - 100 g d'amandes;
  - 1 cuillère à soupe d'eau;
  - quelques gouttes de kirsch ou d'essence d'amandes amères ou d'eau de fleur d'oranger.
- Au choix concentré de parfum et colorant alimentaire.

Mettre le sucre dans le bocal et mixer en vitesse 2 pour transformation en sucre glace. Ajouter ensuite tous les autres ingrédients et mixer longuement en vitesse 2 jusqu'à l'obtention d'une pâte très homogène.



2'

## tarte marie-christine

- 5 cuillères à soupe de farine;
- 2 cuillères à soupe d'huile;
- 2 cuillères à soupe de sucre;
- 2 cuillères à soupe de lait;
- 2 œufs;
- 1/2 paquet de levure;
- 70 g de beurre.

Mixer tous les ingrédients en vitesse 1 quelques secondes et renverser le tout dans un moule à tarte. Ranger ensuite des lamelles de pommes régulièrement sur toute la préparation.

Saupoudrer de sucre en poudre.

Préparer enfin dans le bocal 70 g de beurre en chauffage 2 minutes, puis incorporer un œuf en vitesse 1 et verser cette préparation sur la tarte.

Cuisson 25 minutes au four. Thermostat 6.



## gâteau minute

- 1 pot de yoghourt;
- 3 gobelets de farine;
- 1/2 gobelet d'huile;
- 2 œufs;
- 1 gobelet de sucre;
- 1 paquet de levure;
- 1/2 zeste de citron.

Mixez tous les ingrédients en vitesse 1.  
Mettez au four 3/4 d'heure.



## gâteau de savoie

- 6 œufs;
- 250 g de sucre;
- 200 g de farine;
- 1/2 paquet de levure.

Mettre le four à chauffer 5 minutes avant la préparation.

Mettre les œufs et le sucre dans le bocal.

Faire blanchir en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Mettre ensuite en vitesse 1, enlever le gobelet et verser progressivement la farine et la levure.

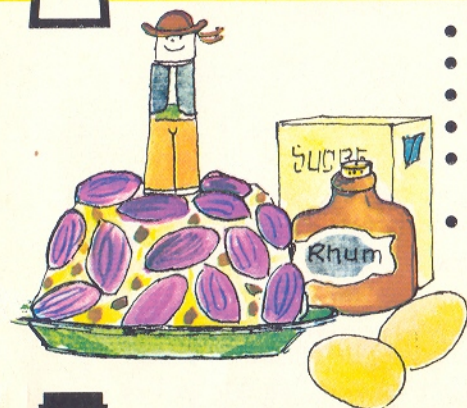
Remettre en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Verser ensuite la préparation dans un moule beurré.

Cuisson 50 minutes. Thermostat 5 sans ouvrir le four.



## far breton



- 100 g de farine;
- 100 g de sucre;
- 2 œufs;
- 1/2 litre de lait;
- 1 cuillerée à café de rhum ou cointreau;
- 10 à 15 pruneaux d'Agen ou 50 g de raisins secs.

Allumer le four thermostat 8.

Mettre tous les ingrédients (sauf les fruits) dans le bocal.

Mixer en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Verser la préparation dans un moule beurré.

Disposer les fruits.

Cuisson 40 minutes à four chaud.



## savarin

- 2 œufs;
- 2 cuillerées à soupe de sucre en poudre;
- 150 g de farine;
- 50 g de beurre;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche;
- 1 petite pincée de sel;
- 1 sachet de levure.

Mixer 1 minute en chauffage, enfourner à four assez chaud, cuisson 20 mn.

Mettre eau et sucre dans le bocal et faire bouillir, laisser refroidir et arroser le gâteau de cette sauce.



3'

## choux à la crème

- 2 gobelets d'eau;
  - 1 gobelet d'huile;
  - 4 gobelets de farine;
  - 3 œufs;
  - 1 pincée de levure de boulanger.
- Pour la crème pâtissière :*
- 1/2 litre de lait;
  - 2 jaunes d'œufs + 1 entier;
  - 5 cuillères à soupe de sucre;
  - 3 cuillerées à soupe de farine (rase);
  - 1 sachet de sucre vanillé ou autre parfum (rhum, kirsch).

En premier lieu confectionner la pâte à choux, en mettant les 2 gobelets d'eau, l'huile, la pincée de levure.

Chauffer 3 minutes, en versant la farine en pluie et tout en remuant avec la spatule jusqu'à l'obtention

d'une boule compacte.

Laisser refroidir un peu et ajouter les 3 œufs entiers. Mixer pendant 15 secondes.

Pendant que vous confectionnerez la pâte, le four sera mis en marche.

Beurrer et fariner une plaque et avec une cuillère à café, déposer des petits tas de pâte sur cette plaque. Faire cuire durant 1/2 heure à four moyen.

Pendant la cuisson des choux, préparer la crème pâtissière avec tous les ingrédients et chauffer 7 à 8 minutes.

Lorsque les choux sont cuits tailler une petite fente sur le dessus et introduire la crème pâtissière.

On peut éventuellement faire un caramel et en garnir le dessus.



## gâteau au yaourt



Se servir d'un pot de yaourt comme mesure.

- 1 yaourt;
- 2 pots d'huile;
- 3 pots de sucre;
- 4 pots de farine;
- 1 paquet de levure;
- 3 œufs entiers;
- 1 parfum (rhum ou cointreau).

Mettre le four à chauffer 5 minutes avant la préparation.

Verser tous les ingrédients dans le bocal.

Mixer en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Verser la préparation dans un moule beurré.

Cuisson 45 minutes à four moyen (ne pas ouvrir le four).



## baba au rhum

- 3 œufs entiers;
- 150 g de sucre;
- 1 paquet de levure
- 150 g de farine.

Mélanger le tout vitesse 1, cuisson 20 mn à four moyen.

Arroser de rhum selon votre goût.



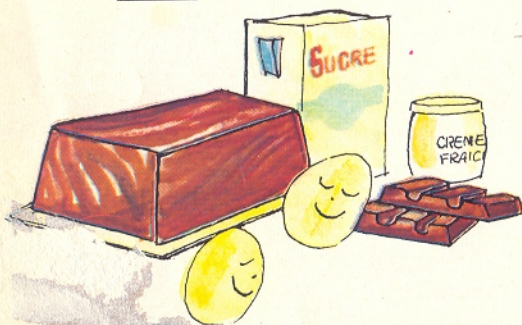
## marquises au chocolat

- 1 tablette de chocolat à croquer;
- 3 jaunes d'œufs;
- 150 g de beurre;
- 90 g de sucre glace;
- 1 cuillère à café d'essence de café.

Faire fondre le chocolat dans le mixer avec un peu d'eau, mixer 30 minutes. Ajouter 3 jaunes d'œufs, 150 g de beurre, 90 g de sucre glace et la cuillère d'essence de café. Mixer le tout à chaud durant 1 minute. Les blancs d'œufs seront battus en neige et ajoutés à la préparation. Mixer trois fois avec le bouton lanceur et verser dans un moule beurré ou mieux dans de petits ramequins. Mettre au frais.



## cake marbré



- 2 œufs;
- 7 cuillerées à soupe de sucre;
- 4 barres de chocolat à croquer;
- 1 pot de crème fraîche;
- 2 sachets de sucre vanillé;
- 250 g de farine;
- 1 paquet de levure.

Casser les œufs, ajouter le sucre. Mixer, mettre le sucre vanillé, la farine, la crème. Faire tourner quelques instants. Verser la moitié de la pâte dans un plat à cake beurré. Ajouter avec le reste de pâte le chocolat. Mixer et verser dans le moule. Avec une fourchette faire de petits zig-zag. Mettre à four tiède durant 40 minutes.



## kouglof

- 20 g de levure (de boulanger);
- 450 g de farine;
- 125 g de matières grasses (beurre ou margarine);
- 100 g de sucre;
- 2 gobelets de lait;
- sel;
- un peu d'eau de vie;
- 2 œufs.

Mixer tous les ingrédients (sauf œufs et farine) en chauffage durant 30 secondes. Ajouter les œufs et remixer.

Verser alors les 450 g de farine et mixer en vitesse 2 pendant 10 à 15 secondes.

Cuire à four moyen durant 3/4 d'heure.



## glaçage

*Ingrédients pour une tarte de dimensions moyennes :*

- 200 g de sucre glace ;
- 3 cuillerées à soupe de liquide.

La préparation est la même pour tous les glaçages. Versez le sucre dans le bol et ajoutez le liquide. Mixez en vitesse 1 pendant 2 minutes pour obtenir une pâte bien lisse pouvant être répandue aisément. Coupez le contact de temps à autre pour ramener au bas du bol le sucre en poudre qui a pu s'amasser dans la partie supérieure.

### GLAÇAGES DIVERS

**Glaçage vanille :** 200 g de sucre en poudre, 1 sachet de sucre vanillé et 2 cuillerées et 1/2 d'eau chaude.

**Glaçage citron :** 200 g de sucre en poudre ; 2 cuillerées à soupe de jus de citron et une 1/2 c. à s. d'eau chaude.

**Glaçage rose :** 200 g de sucre en poudre ; 2 c. à s. de sirop de framboises ou de cerises et 1/2 c. à s. d'eau chaude.

**Glaçage au rhum ou autre alcool - kirsch :** 200 g de sucre en poudre ; 1 c. à s. de rhum ou autre alcool et une 1/2 c. à s. d'eau chaude.



## glace aux fraises

- 1/2 litre de lait ;
- 400 g de fraises ;
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche ;
- 25 morceaux de sucre ;
- 1 sachet de sucre vanillé ;
- 8 glaçons.

Versez le lait dans un bac à glaçons et faites geler.

Lavez et épluchez les fraises. Réservez-en 6 ou 7 et mettez les autres dans le bol du mixer avec le sucre et le sucre vanillé. Vitesse 2, jusqu'à ce que vous obteniez une purée.

Démoulez les glaçons, et, par le trou du gobelet, jetez-les un à un sur les couteaux en marche. S'ils ne sont pas entièrement broyés, passez la spatule dans le trou et remuez pendant que le mixer fonctionne.

Arrêtez, ajoutez la crème et les fraises restantes. Remuez délicatement et servez dans des coupes.



## glace à la vanille

- 1/2 litre de lait ;
- 1 gousse de vanille ;
- 100 g de sucre ;
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche ;
- 4 jaunes d'œuf.

Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer. Chauffez 10 minutes. Laissez refroidir et ajoutez la crème fraîche. Mettez la crème à glacer dans le compartiment « freezer » du réfrigérateur pendant 4 à 6 heures. Remettez dans le bol du mixer.

Mixez 30 secondes en vitesse 2 et en tournant avec la spatule : le bocal se couvre de givre. Répartissez dans des coupes et servez.



## sorbet à l'orange

- le zeste d'une orange ;
- le jus de 4 oranges et de 2 citrons complétés d'eau afin d'obtenir un 1/2 litre de liquide ;
- 300 g de sucre en poudre ;

Mettez tous les ingrédients dans le bol et faites chauffer 5 minutes.

Puis versez dans un bac et mettez au freezer.

Au moment de servir, vous reverserez le sorbet dans le bol pour mixer 30 secondes à vitesse 1, et vous répartirez ensuite dans des coupes.

*Facultatif* : Vous pouvez, avant de servir, incorporer au sorbet un blanc d'œuf battu en neige.

### RECETTES DÉRIVÉES

Sorbet au citron • sorbet à la clémentine.

*VARIANTE* : Pour servir des citrons, des oranges ou des clémentines givrées, creusez les fruits, puis garnissez-les avec le sorbet correspondant.



## sorbet à l'abricot

- 1 boîte 4/4 d'abricots au sirop ;
- le jus d'un citron ;
- 2 verres de sirop de sucre.

Égouttez les abricots. Mettez-les dans le bol avec le jus de citron et le sirop de sucre. Mixez en vitesse 1 jusqu'à ce que vous obteniez une purée, soit environ 1 minute. Versez dans un bac et mettez au freezer. Quelques heures plus tard, quand le sorbet est bien pris, reversez-le dans le bol du mixer. Mixez 30 secondes à vitesse 1. Puis répartissez dans des coupes.

### RECETTES DÉRIVÉES

Sorbet à la poire william (fruits cuits au sirop) : Procédez de la même façon que pour l'abricot.

Sorbet aux fruits rouges : Vous utiliserez 750 g de fruits rouges tels que fraises ou framboises, 2 verres de sirop de sucre et un demi-citron.

Procédez de la même façon que pour le sorbet à l'abricot.

*VARIANTE* : On peut utiliser des flacons ou des boîtes de purée de fruits tels que fraises, framboises ou cassis.



## 5' crème glacée à l'ananas



- 3 jaunes d'œufs ;
- 125 g de sucre ;
- 1/2 litre de lait ;
- 1 cuillerée à soupe de rhum ;
- 1/3 de boîte d'ananas en tranches brisées.

Mettez tous les ingrédients dans le bol, sauf le rhum. Mettez en marche « chauffage », 5 minutes. Ajoutez le rhum.

Versez dans un moule à glace et, quand ce mélange est refroidi, mettez à glacer.

*VARIANTES* : Avec la même préparation de base, vous pouvez remplacer le rhum et l'ananas par d'autres produits à votre choix : Du chocolat du café soluble • des fraises • abricots, etc.



## crème liquide au citron

- 150 g de sucre ;
- le zeste râpé d'un citron ;
- 3 œufs ;
- 1 cuillerée à café rase de féculé de pommes de terre ou de crème de riz ;
- le jus de 2 citrons, complétés d'eau pour obtenir un 1/2 litre de liquide.

Mettez tous les ingrédients dans le bol à mixer.

Faites chauffer 12 minutes.

Versez dans une jatte.

Laissez refroidir et servez très frais.

NOTE. - Les citrons doivent être bien juteux, dans le cas contraire ajoutez le jus d'un citron.



## crème prise au citron (pour garnir des tartes)

- 2 œufs ;
- 40 g de beurre ;
- le zeste râpé d'un 1/2 citron ;
- le jus de 2 citrons ;
- 75 g de sucre.

Mettez tous les éléments dans le bol.

Mettez en marche le chauffage 6 minutes.

Versez aussitôt dans une jatte.

Quand la crème est froide, garnissez-en le fond d'une tarte sablée cuite.

*Facultatif* : Garnissez cette tarte d'un glaçage au citron, et de quelques cerises confites.



## crème au beurre

- 20 morceaux de sucre ;
- 1 œuf ;
- 150 g de beurre ;
- 2 cuillerées à soupe de café très fort.

Mettez les morceaux de sucre dans le bol.

Mixez à vitesse 1 pendant 20 secondes, puis à vitesse 2 pendant 20 secondes.

Ajoutez l'œuf et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Ajoutez le beurre en morceaux et le café, et mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 1 minute.

Pour stopper la chaleur, versez immédiatement la crème au beurre dans un bol. Battez-la encore tiède avec une cuillère jusqu'à ce qu'elle soit lisse et froide.



## chocolat à tartiner

- 1 gobelet de noixettes et amandes (50 à 60 g) ;
- 100 g de chocolat à croquer coupé en morceaux ;
- 1 gobelet de sucre en poudre ;
- 1 gobelet de lait ;
- 70 g de beurre.

Mettez les noixettes dans le bol.  
Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.  
Ajoutez le chocolat coupé en morceaux et le lait.  
Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.  
Ajoutez le sucre et le beurre.  
Mixez en vitesse 1 pendant 30 secondes.



**UTILISATION :** A tartiner sur du pain • pour garnir un gâteau • pour réaliser le soufflé au chocolat (avec en plus 3 jaunes d'œuf et les blancs en neige).



## crème fouettée (chantilly)

- 300 g de crème fraîche ;
- 1 petit gobelet de sucre en poudre ;
- 1 sachet de sucre vanillé ;
- 1 cuillerée à soupe d'eau bien froide.

Mettez le sucre en poudre et le sucre vanillé dans le bol. Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes pour obtenir du sucre glace. Ajoutez ensuite la crème fraîche et l'eau froide. Mixez en vitesse 1 pendant environ 20 secondes, par à-coups de 5 secondes.

**ATTENTION :** Cette dernière opération mérite toute votre attention. Vérifiez l'état de la crème par l'orifice du gobelet et soyez prête, à tout instant, à arrêter le mixage dès que la crème vous paraît avoir pris la bonne consistance ; le temps de mixage varie selon la qualité de la crème.

**BON A SAVOIR :** Si votre crème est ratée, vous pourrez néanmoins l'utiliser :

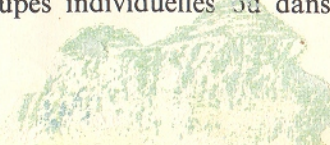
**Galette aux raisins** (à prendre avec le thé) : Ajoutez à la crème 3 gobelets de farine. Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes. Ajoutez 50 g de raisins de Smyrne secs. Versez la pâte sur une plaque huilée et faites cuire au four moyen pendant environ 30 minutes. Découpez-la chaude quand elle est encore moelleuse.



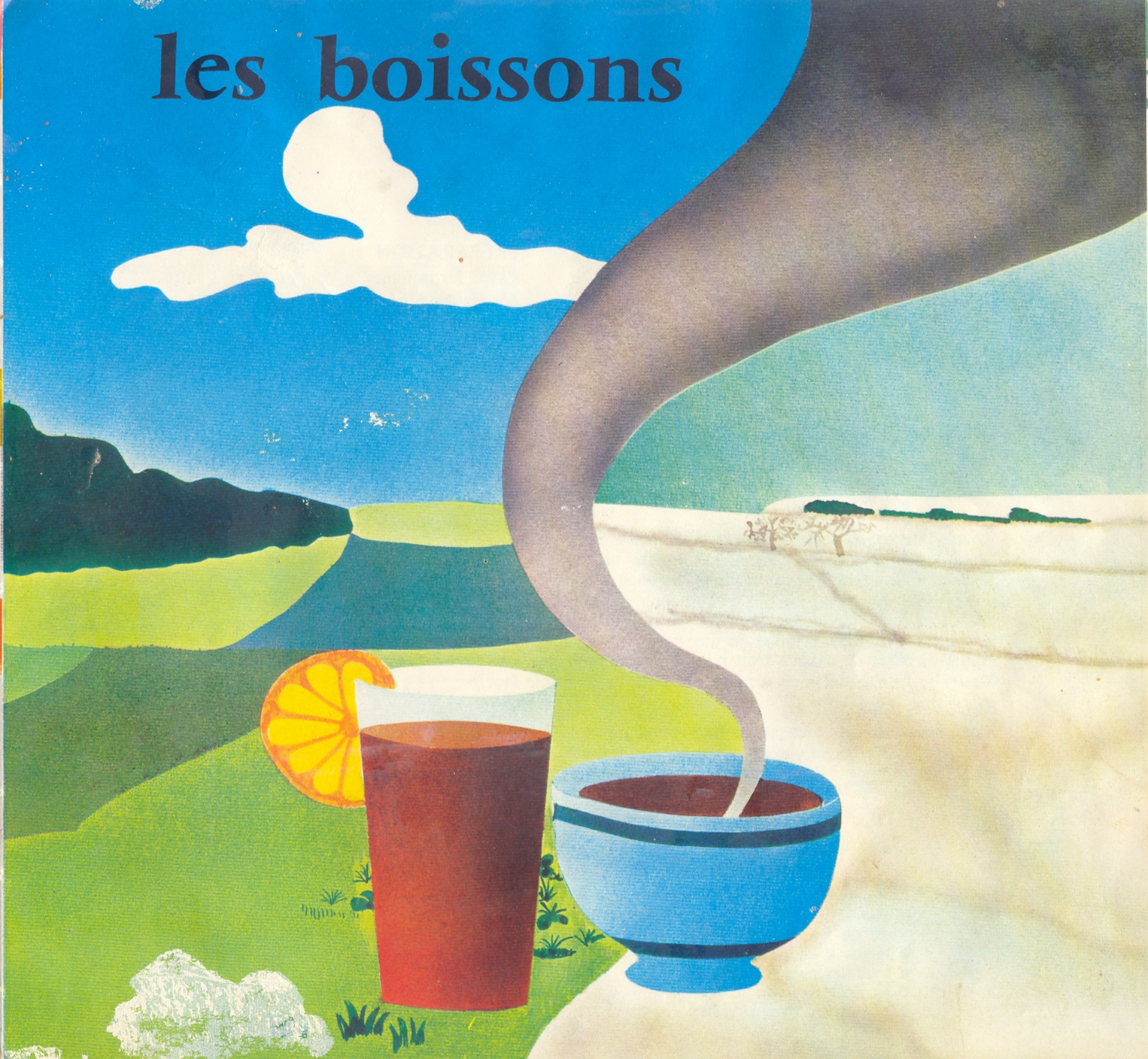
## mayonnaise au chocolat

- 200 g de chocolat à croquer ;
- 1 gobelet de lait ;
- 3 œufs ;
- 60 g de beurre ;
- parfum : 1 cuillerée à soupe de rhum ou le zeste râpé d'une orange.

Coupez le chocolat en morceaux. Ajoutez le lait. Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes. Mettez en chauffage pendant 5 minutes. Mettez le mixer en position 1 : ajoutez les œufs et le beurre.  
Arrêtez le mixage et versez aussitôt dans des coupes individuelles ou dans des jattes. Servir glacé.



# les boissons



# RECETTE TYPE : boisson rée aux pommes

## INGRÉDIENTS :

- 1 pomme et demie ;
- 10 morceaux de sucre ;
- $\frac{3}{4}$  de litre d'eau ;
- Le jus d'un  $\frac{1}{2}$  citron ;

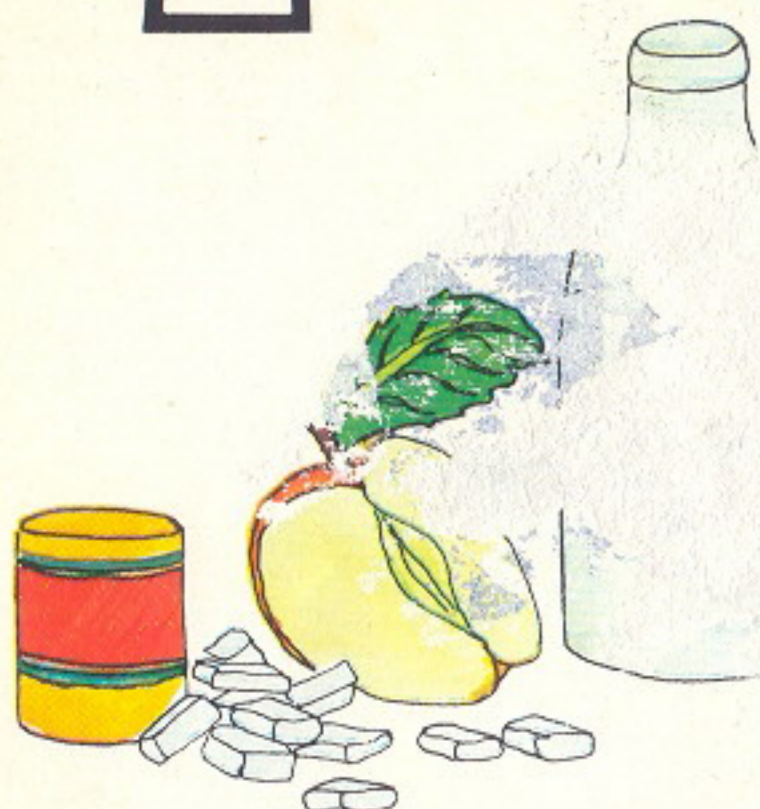
## PRÉPARATION :

Lavez les pommes et coupez-les en quatre.

Mettez-les dans le bol du mixer avec le sucre, l'eau et le jus de citron.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Filtrez et récupérez les pulpes pour faire une compote.



## orangeade

- 1 orange entière ;
- 1 carotte ;
- $\frac{3}{4}$  de litre d'eau ;
- 15 morceaux de sucre.

Lavez l'orange et pelez la carotte.

Mettez-les dans le bol du mixer avec l'eau et le sucre.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Filtrez et récupérez les pulpes pour faire une marmelade.

## CONSEILS POUR LES BOISSONS A BASE D'AGRUMES

Si vous trouvez que les boissons aux agrumes ont un goût un peu amer, vous pouvez alors peler finement la moitié du zeste de chaque fruit puis retirer complètement la peau.

Mettez le fruit entier mais à nu et procédez de la même façon.

## RECETTE DÉRIVÉE

**Marmelade :** Remettez les pulpes dans le mixer avec 10 morceaux de sucre. Mixez en vitesse 2 pendant 5 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 10 minutes.

*Utilisation :* Pour tartiner.

## boisson aux fraises ou aux framboises

- 200 g de fraises ou de framboises ;
- le jus d'un citron ;
- 2 cuillerées à soupe de sucre en poudre selon le goût ;
- $\frac{1}{2}$  litre d'eau gazeuse.

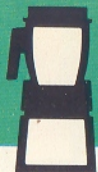
Lavez et équeutez les fraises et mettez-les dans le bol du mixer avec le jus de citron et le sucre.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Ajoutez l'eau gazeuse.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Filtrez et servez frais.



## jus de raisin

- 2 grappes de raisin (environ 1 livre) ;
- 5 morceaux de sucre ;
- 1 gobelet d'eau ;
- 6 glaçons.

Lavez les grappes de raisin.

Égrenez les fruits dans le bol et ajoutez le sucre, l'eau et les glaçons. Mixez en vitesse 1, puis en vitesse 2 pendant 10 secondes. Filtrez.

La qualité de votre jus dépendra spécialement de la variété du raisin employé : le muscat convient très bien.



## long drink pamplemousse (ou cocktail d'agrumes)

- 1 pamplemousse ;
- 1 orange ;
- 1 citron ;
- 10 morceaux de sucre environ selon le goût ;
- assez d'eau pour compléter à 1 litre.

Lavez l'orange et le citron et mettez-les dans le bol du mixer.

Ajoutez le jus du pamplemousse, le sucre et l'eau. Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes, puis en vitesse 2 pendant 15 secondes. Filtrez.

*Facultatif* : Vous pouvez ajouter un peu de gin dans chaque verre.



## citronnade

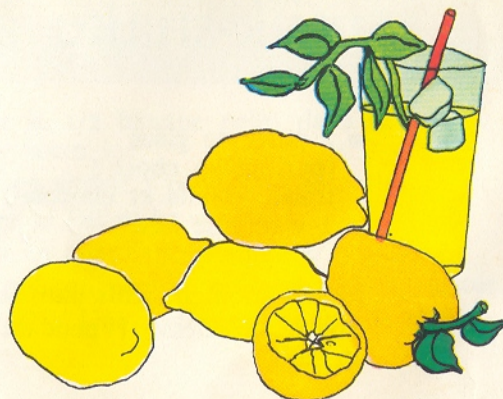
- 1 citron ;
- 1/2 carotte ;
- 1/2 litre d'eau ;
- 8 morceaux de sucre.

Lavez le citron et coupez-le en quatre.

Mettez-le dans le bol du mixer.

Ajoutez l'eau, le sucre, la carotte et mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes, puis en vitesse 2 pendant 40 secondes.

Filtrez.





## jus de tomates

### CONSEILS POUR LES JUS DE LÉGUMES

Voici 2 recettes de jus de légumes, mais vous pourrez essayer de mélanger plusieurs sortes de légumes selon votre goût.

*Un conseil :* mettez toujours en petite quantité : les fines herbes, le blanc de poireau, le persil, qui parfument très fortement cette boisson.

- 4 tomates ;
- 1 carotte ;
- 1 petite branche de cœur de céleri ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 cuillerée à soupe de ketchup ;
- sel et poivre ;
- 1 dizaine de glaçons.

Mettez les tomates coupées en quatre dans le bol du mixer.

Ajoutez la carotte et mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.

Ajoutez les glaçons et le reste des ingrédients.

Mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.



## cocktail de légumes

- 3 carottes ;
- 1 petit cœur de céleri ;
- 1 tomate ;
- 1 brin de fenouil ;
- 1 verre d'eau ;
- le jus d'un 1/2 citron ;
- 1 cm de blanc de poireau ;
- persil ou fines herbes au choix ;
- sel et poivre ;
- 6 glaçons.

Épluchez les carottes, mettez-les dans le bol.

Ajoutez la tomate, le céleri, le fenouil, le jus de citron, le blanc de poireau et les fines herbes au choix.

Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Ajoutez l'eau, les glaçons et mixez en vitesse 2 pendant 20 secondes.



## milk-shake à l'américaine

- 2 parts de glace (parfum au choix : fraise, vanille et chocolat) ;
- 2 verres de lait.

Mettez les ingrédients dans le bol du mixer.

Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes et servez aussitôt.





## milk-shake aux fruits

- 100 g de fruits frais à votre choix (fraises, framboises, abricots, cassis, etc.) ;
- 3 gobelets de lait ;
- 2 glaçons ;
- sucre selon votre goût.

Lavez et épluchez les fruits.  
Mettez-les dans le bol du mixer avec le sucre.  
Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.  
Ajoutez le lait et les glaçons.  
Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.



## lait au sirop de fruits

- 1 verre de lait ;
- 1 cuillerée à soupe de sirop (parfum à votre choix : fraise, framboise, cassis, groseille, menthe).

Versez le lait et le sirop dans le bol.  
Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.  
Servez frais.  
Vous pouvez remplacer le sirop par de la confiture :  
1 à 2 cuillerées à soupe selon votre goût.



## 6' lait à la banane

- 1/2 banane ;
- 2 cuillerées à soupe de sucre ;
- 1 verre de lait ;
- 1 pointe de vanille ;
- *facultatif* : 1 jaune d'œuf.

Mettez la 1/2 banane pelée dans le bol du mixer avec le sucre.  
Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.  
Ajoutez le lait et la vanille.  
Mettez en chauffage pendant 6 minutes.  
Cette boisson peut se boire chaude ou glacée.  
*Facultatif* : Une cuillerée à soupe de rhum.



8'

## chocolat

- 2 barres de chocolat à croquer ;
- 1 bol de lait ;
- 2 morceaux de sucre.

Coupez le chocolat en petits morceaux. Mettez-le dans le bol du mixer. Ajoutez 1/3 du lait et mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes. Ajoutez le reste du lait, le sucre et mettez en chauffage pendant 8 minutes. Cette boisson peut se consommer chaude ou glacée.



## chocolat au café frappé



- 2 barres de chocolat à croquer ;
- 1 cuillerée à soupe de café soluble ;
- 1/2 litre de lait ;
- 4 cuillerées à soupe de sucre semoule environ (selon votre goût) ;
- des glaçons ;
- 5 cuillerées à soupe de crème fouettée.

Mettez le chocolat coupé en petits morceaux dans le bol du mixer.

Ajoutez le lait et le sucre.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 8 minutes.

Ajoutez le café soluble.

Mixez en vitesse 1 pendant 5 secondes.

Laissez refroidir.

Mettez un glaçon dans chaque verre, versez le chocolat dessus et couvrez de crème fouettée.

Servez aussitôt.



## café frappé

- 2 verres de café très fort ;
- 1 dizaine de glaçons ;
- sucre en poudre selon le goût ;
- *facultatif* : crème fraîche.

Mettez les glaçons dans le bol du mixer.

Versez dessus le café chaud.

Ajoutez le sucre selon votre goût.

Mixez en vitesse 2 pendant 30 secondes.

Versez dans les verres et servez aussitôt avec une paille.

*Facultatif* : Vous pouvez ajouter une cuillerée de crème sur chaque verre.



## punch des îles (punch au rhum)

- 1 gobelet de sirop de sucre (voir recette en bas de page) ;
- 3 gobelets de rhum ;
- 1/2 gousse de vanille ;
- des glaçons ;
- zestes de citron vert.

Mettez le sirop de sucre, et le rhum dans le bol.

Ouvrez la gousse de vanille et, avec un couteau faites tomber dans le bol les petites graines de l'intérieur.

Mixez en vitesse 2 pendant 10 secondes.

Versez dans un récipient contenant les glaçons et le zeste de citron vert. Remuez, versez dans des verres et servez aussitôt.



## gin-fizz

- 1 gobelet de gin ;
- le jus d'un citron et 1/2 ;
- 2 cuillerées de sucre selon le goût ;
- 2 cuillerées à soupe de glace pilée ;
- eau gazeuse.

Mettez le jus de citron, le gin et le sucre dans le bol.

Mixez en vitesse 1 pendant 10 secondes.

Ajoutez la glace pilée.

Versez dans des verres.

Mettez l'eau gazeuse au moment de le consommer.



## 10' le sirop de sucre

- 300 g de sucre ;
- 1 gobelet d'eau.

Mettez le sucre et l'eau dans le bol du mixer.

Mixez en vitesse 1 pendant 20 secondes.

Puis mettez en chauffage pendant 10 minutes.

UTILISATION : Pour les sorbets aux fruits • pour les punch au rhum.



## manhattan



- $\frac{2}{3}$  de whisky ;
- $\frac{1}{2}$  de vermouth ;
- un peu d'Angostura amer ;
- glace.



## porto-flip

- 3 glaçons ;
- 1 jaune d'œuf ;
- 2 sucres ;
- 1 gobelet de Porto.



## hawaï

- 3 tranches d'ananas ;
- $\frac{1}{4}$  de litre d'eau gazeuse ;
- $\frac{1}{2}$  litre de vin blanc ;
- 1 cuillerée à soupe de sucre ;
- 4 glaçons.



## la sangria

- $\frac{3}{4}$  de litre de vin rouge ;
- $\frac{1}{4}$  de litre de vin blanc sec ;
- 1 paquet de sucre vanillé ;
- 20 morceaux de sucre ;
- $\frac{1}{2}$  orange avec pelure ;
- $\frac{1}{2}$  citron avec pelure ;
- glaçons à volonté.

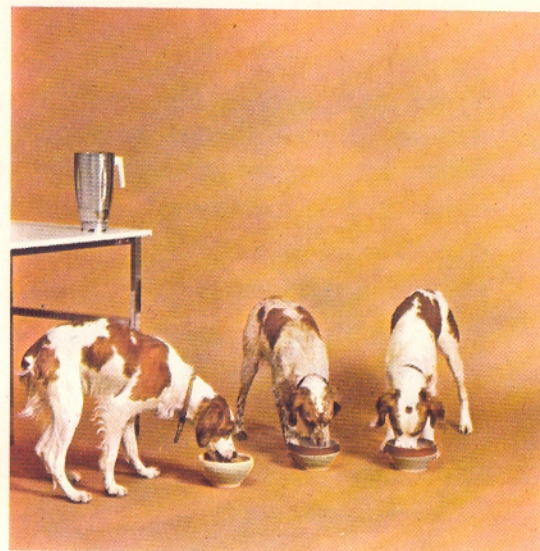
Mettez le sucre dans le bol du mixer et mixez en vitesse 2, puis arrêtez. Versez tout le reste des ingrédients dans le bol du mixer et servez-vous de la marche intermittente 3 à 4 fois pendant quelques secondes. Filtrez et servez frais.

# vos animaux familiers

*Avez-vous un chat? un chien?*

*Eux aussi, ils attendent le THERMOMIX avec impatience.*

*Avec tous les restes ou les déchets de votre table ou de votre cuisine, vous pourrez leur préparer de très agréables pâtées.*



## Pâtée aux os

Mettez 1 gobelet de lait dans le mixer.

Mettez en route vitesse 1.

Et sur les couteaux en marche, jetez les os de lapin ou de volaille, les croûtes de pain, de fromage, les restes ou les épluchures de légumes, un peu de sel.

Si vous le désirez, faites chauffer une dizaine de minutes.



## Pâtée au poisson

Mettez 1 gobelet de lait dans le mixer.

Mettez en route vitesse 1. Et ajoutez dans le bol des déchets de poisson crus ou cuits (arêtes et têtes).

Ajoutez des légumes, du pain, ou du riz, du sel. Mettez en « chauffage » 10 minutes.

# le thermomix pense à votre budget

Votre mari, comme beaucoup, trouve peut-être que vous êtes dépensière... Vous aimeriez certainement lui en apporter le démenti et même prouver vos affirmations en lui offrant, sans bourse délier, l'un de ces innombrables petits cadeaux qui entretiennent l'amitié.

Dans ce cas, munissez-vous d'une bonne tirelire et lisez ces lignes...

## Potage 4 personnes

Ancienne méthode		Avec le Thermomix	
6 pommes de terre .....	0,30 F	2 pommes de terre .....	0,10 F
2 poireaux .....	0,60 F	4 cm de poireau .....	0,10 F
4 carottes .....	0,60 F	1 carotte.....	0,15 F
Céleri, persil .....	0,70 F	Céleri, persil .....	0,10 F
Gaz, cuisson .....	0,40 F	Électricité.....	0,07 F
	<hr/> 2,60 F		<hr/> 0,52 F

**ÉCONOMIE RÉALISÉE : 2,08 F**

## Glace à la vanille

Ancienne méthode		Avec le Thermomix	
Glace à la vanille vendue en magasin....	9,00 F	1/2 litre lait .....	0,50 F
		100 g de sucre .....	0,30 F
		4 œufs.....	2,00 F
		1/2 gousse vanille.....	0,25 F
			<hr/> 3,05 F

**ÉCONOMIE RÉALISÉE : 5,95 F**

## Apéritif

Ancienne méthode		Avec le Thermomix	
Minimum en magasin .....	8,00 F	3/4 de litre de vin rouge .....	2,00 F
		1/4 de litre de vin blanc .....	0,70 F
		1 paquet de sucre vanillé.....	0,30 F
		20 sucres .....	0,20 F
		1/2 orange .....	0,25 F
		1/2 citron .....	0,15 F
			<hr/> 3,60 F

**ÉCONOMIE RÉALISÉE : 4,40 F**

# le thermomix pense à vos loisirs

En notre siècle de vitesse, le thermomix VORWERK va vous permettre de réaliser du « vite fait », sans pour autant négliger ou compromettre la santé des vôtres.

Et quand, ayant utilisé notre appareil pour plusieurs préparations vous aurez gagné une ou plusieurs dizaines de ces si précieuses minutes, alors nous aurons atteint notre but.

Mais jugez plutôt :

Ancienne méthode		Thermomix			
	Temps total	Temps total		Cuisson automatique	Temps effectif
POTAGE .....	25 mn	7 mn	—	6 mn	= 1 mn
COMPOTE.....	35 mn	16 mn	—	15 mn	= 1 mn
CRÈME CHOCOLAT...	20 mn	16 mn	—	15 mn	= 1 mn
SAUCE BLANCHE.....	10 mn	16 mn	—	15 mn	= 1 mn
JUS DE FRUIT .....	5 mn	1 mn	—	—	= 1 mn

[illegible]

## This image shows a single sheet of off-white or cream-colored paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

This image shows a single page of white paper with horizontal blue lines, typical of notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

**VORWERK-FRANCE S.A.**

30, avenue de l'Amiral-Lemonnier  
78160 MARLY-LE-ROI.

CAPITAL : 3 000 000 F

Société régie par la loi du 24-7-66  
et le décret du 23-3-67 sur les sociétés commerciales.

SIEGE SOCIAL : 30, avenue de l'Amiral-Lemonnier  
78160 Marly-le-Roi.

R.C. 69 B 618 Versailles - SIREN 622 028 777

Conception : P.Y. LAMOTTE - Recettes : CERC-VORWERK, N. GILLET.

Illustrations : PARGNY ART GROUP - Maquette : A. BRODIN.

Photographies : J.B. DARRASSE; Couverture : PUBLIMAGES.

Copyright by VORWERK INTERNATIONAL AG  
Imprimerie MONDADORI (Vérone - ITALIE)

10/76 LR 2201



COLLECTION SANTÉ/GAIN DE TEMPS

le Thermomix et vos repas

le Thermomix et vos enfants

le Thermomix et votre santé

